Gândeşte-te la ceea ce ai, nu la ceea ce ai pierdut!

>>> continuare din pagina 1

Proiectul „Ridică-te și umblă”, adresat persoanelor cu dizabilități, este mai mult decât un proiect. Este o necesitate, care era așteptată de mult în contextul socio-etic, existențial și religios al vieții umane. De cine este finanțat? De Însăși puterea cerească, unde investițiile sunt sufletești și spirituale. Pe o perioadă nedeterminată. Nevoia de a exista o familie legată prin legăturile dragostei autentice și de prietenie va fi liantul rezistenței în timp a acestei comunități de oameni cu o disponibilitate sufletească la cote înalte.

Să rememorăm puțin parcursul acestei creații cerești, ca să putem să culminăm cu noutățile aduse de o gândire care ne cheamă la armonie și unitate.

Am început timid pe 18 aprilie 2010, explorând ieșirea din singurătate sau din viață anostă. Nu puțini dintre cei care au venit la acest club au avut încercări și alternative variate de a socializa. Totuși această inițiativă și-a propus ceva mai deosebit și mai înalt, pentru că nu putem să ne mulțumim doar cu un platou, oricât de convenabil ar fi el. Întâlnirile de duminică, la intervale de două sau trei duminici, ne chemau pentru eliberarea valorilor date de Creator în noi, dar mai ales pentru dezvoltarea relațiilor. Relațiile durabile și dorite crează primul pod de trecere a vieții de la o inimă la alta. Tot ce se întâmplă se reduce la stabilitatea legăturilor umane. Unele strigăte au fost auzite, unele nevoi au fost împlinite, unele crize au fost detensionate, unele nemulțumiri au fost înțelese, unele dureri au fost alinate. Nici nu trebuiesc amintite, căci Mântuitorul nu favorizează binefacerea afișată ostentativ care gâdilă mândria. Fuziunea tot mai fericită dintre voluntarii proiectului și persoanele cu probleme este un indicator al bunăstării unei grupări pornite pe drumul unei înțelegeri înalte a vieții. Încep noutățile.

Tabăra de la Albești a fost evenimentul care a sudat această relație. Tot aici apropierea a devenit mai mare și mai profundă. Tot aici bucuria a fost mai mare decât la întâlnirile de duminică. Tot aici persoanele valide au învățat mai mult din efortul enorm pe care persoanele cu probleme îl fac ca să depășească unele limite. În această tabără familia „Ridică-te și umblă” a devenit mai puternică.

Deodată suntem împinși spre alte trepte pe care să le urcăm: nevoia de un spațiu care să fie al nostru pentru orice zi în care am dori sa ne întâlnim în activități multiple. Și rugăciunea după voia Celui care împlinește a fost ascultată. E o bucurie fără precedent, urmată de o întristare necesară. Faptul că ne putem defini mai bine această existență de familie printr-un spațiu oferit e semnificativ. Întristarea este ridicată de starea acestui local care necesită reabilitări pe măsură. Socotesc că dacă am fi primit un spațiu la cheie și cu toate facilitățile nu ar fi fost bucuria așa de mare ca aceea obținută în urma primirii unui spațiu asupra căruia trebuie să facem investiții majore. Asta înseamnă strigăt. Înseamnă să ni se cunoască unele nevoi, mai ales nevoia de a avea spațiul nostru cu unele condiții adecvate. A confrunta oameni, biserici, instituții cu nevoia noastră înseamnă a le oferi privilegiul de a face gesturi de suflet și de sacrificiu care le vor aduce mari beneficii vieților lor. Totul se angajează într-o luptă a creării de condiții fizice ca să putem să ne întâlnim, dar rezultatele depășesc așteptările. Vom spera la amenajarea spațiului pentru o sală de recuperare, pentru crearea unor spații pentru ateliere și de amenajarea sălii centrale. Un bine făcut de cei care simt cu noi îi umplu cu binecuvântări în ciuda faptului că eliberează din bunurile și valorile lor. Vor fi oare asemenea suflete care vor face drum către nevoile noastre?

O altă noutate venită din înalt este crearea unei comunități de oameni cu probleme care sunt aplecați mai mult asupra vieții spirituale. Viața lor cu Dumnezeu reclamă o intimitate cu divinitatea, pe care unii nu o înțeleg. Deci necesitatea unei biserici venea pe traseul normal al vieții de credință. O biserică creștină a persoanelor cu dizabilități este un act curajos, căci necesită o activitate săptămânală și plină de forță. Este nevoie de creativitate, rugăciune, predicare, închinare și misiune. Această biserică „se va ridica și va umbla” până la marginile pământului, în ciuda lipsei de vedere sau a căruciorului. Cuvântul curat al Bibliei, nealterat, va fi baza oricărei întâlniri. Nimeni nu este obligat să-și schimbe credința lui, dar toți vor fi chemați să țină credința lui Isus.

Pe fondul acesta se vor întâmpla doar lucruri cerești, căci speranța dată de Dumnezeu va lumina ochii nevăzătorilor și va da picioare celor din cărucior, acei ochi și acele picioare ale credinței.

Vor mai fi și alte noutăți, dar ele vin doar pentru că suntem și vom fi împreună în planul Celui care ne poartă de grijă. Deci, mergem înainte! Domnul e cu noi!

Asociaţia “HandHope”
Burcea Aurel, str. Băltăreţu nr. 565,
loc. Peretu, jud. Teleorman, cod 147240,
Tel. 0247-327122; 0765-365533
e-mail: aurelsda@yahoo.com
C.I.F. 14877902
Cod IBAN: RO80RNCB0245036735870001
B.C.R. Alexandria

SPONSOR: ***S.C. G&G TOTAL COM. SRL***
Importator îmbrăcăminte şi încălţăminte copii Thailanda. Tel/Fax: 021-316.08.51

SPONSOR: ***A.S.I. ROMANIA***
CONTACT: Str. Mureşului, nr. 1, loc. Nazna, jud. Mureş, cod 547526 tel. 0265-320548; www.asiromania.ro

Impresii din tabără... dar nu numai

Mircea Costel Bratosin

Mircea Costel Bratosin, membru, lider tineret, agent mass-media – Asociația "Ridică-te și Umblă".

Tabăra "Ridică-te și Umblă" pentru mine a fost o premieră, ca și pentru mulți alții care au venit la Albești în această tabără. A fost cu totul diferită față de cele la care am fost și specială în aceeași timp, cu o altă încărcătură sufletească și cu o altă idee de abordare a oamenilor.

Programul a fost unul relaxant și bine gândit, pentru că s-a axact pe părtășie și cunoaștere și pe înfiripărea prietenilor. Ideea a fost foarte bună și foarte frumoasă. Activitățile au fost foarte bine organizate, îmbinând spiritualul cu natura, cu înviorarea de dimineață, cu terenurile de sport pe parcursul zilei unde să îți folosești și să consumi energiile prin datul pe leagăn și topogan, jucând cu mingea diferite jocuri pentru a aduce voia bună în inima noastră…

Mie mi-a plăcut foarte mult la terenul de sport și în sală și că n-am ratat nici o clipă când am avut șansa să mă joc cu mingea… Este adevărat că îmi place fotbalul, dar vederea slabă nu-mi permite să joc la nivel înalt, mi- aș fi dorit foarte mult să joc, să fiu arbitru de fotbal sau să devin antrenor de fotbal la o echipă mare din România, Steaua București, dar și CSM Focșani și FC Panciu, care sunt în liga a 3-a la fotbal… și din străinătate FC Barcelona… dar nu e posibil de îndeplinit acest vis și nici nu mă mai gândesc la așa ceva de mult.

Mi-a plăcut foarte mult să mă implic în a face programul de dimineață și de seară alături de capelanii taberei: pastorul George Uba, pastorii absolvenți Lucian Aldea și Gabriel Ștefăniță și președintele revistei „Împreună" - Aurel Burcea.

Mâncarea a fost foarte bine gătită și excelent de gustoasă. Nu pot să uit că focul de tabără și vizita la Peștera Dâmbovicioara au fost o surpriză extraordinară pentru mine. Un moment care mi-a dat curaj, încredere și dorință mai mare de a mă implica și mai mult pe viitor a fost concursul Biblic zis și „Ruleta Biblică" pentru că v-am văzut foarte entuziaști, foarte intersați, nerăbdători să vă vină rândul și foarte implicați în momentul desfășurării și după aia foarte mulțumiți și foarte fericiți că toți ați participat și că ați înțeles că toți sunteți importanți și aveți un scop în viață și uite așa am format o familie și un trup al asociației „Ridică-te și Umblă" București condus de Duhul Sfânt, Fiul Său prea iubit Isus Hristos și Tatăl nostru Dumnezeu. Au fost momente extraordinare, de neuitat pentru mine, petrecute împreună cu toți voluntarii, organizatorii, jurnaliștii și toți participanții.

Mă bucur că am avut șansa să mă pot implica mai mult aici, în tabără, de ceea ce-mi place: să fac programe și nu în ultimul rând și cel dintâi să-mi exercit talentul de jurnalist prin vox-urile luate celor din tabără cu reacții și impresii despre clipele trăite la Albești pentru 7 zile. Eu sper ca visul meu să se îndeplinească într-o bună zi de a fi jurnalist creștin activ în biserică, în presa audiovizuală, adică în Centrul Media Adventist, reprezentat prin Speranța TV și Radio Vocea Speranței.

Mi-aș dori să-mi încep cariera de jurnalist în presa scrisă creștină și mai întâi de toate în revista „Împreună". Recunosc că cel mai mult mă fascinează radioul și mă regăsesc aici foarte mult și foarte bine și mă simt extraordinar… Aici eu cred că-mi este locul, și că nimic altceva nu mi se potrivește decât să moderez emisiuni și să fiu reporter radio… E ceea ce am visat de mic: să lucrez în radio toată viața… Asta îmi place foarte mult să fac, de aceea mi-am dorit să fac eu legătura dintre presă și asociație prin promovarea imaginii, a programelor și a proiectului în sine a persoanelor cu handicap, ocupând responsabiliatatea de agent mass-media / de presă.

Eu am avut talentul de mic: de la 5-6 ani îi imitam pe prezentatorii de emisiune, la 10-11 ani am fost ajutat de directorul Uniplus Radio Focșani, Mirela Ceaușoiu, fiindu-mi și vecină în prerioada 1995-1999. Atunci a fost pentru prima dată în viața mea când am călcat pragul unui post de radio, de unde am furat meserie de la Dan Băjenaru.

Apoi am continuat să mai vizitez radiourile din Focșani. În anul 1999-2001 m-am oprit la Radio Uno Focșani, unde l-am cunoscut pe Cristian Hrubaru, Nicu Negoiță și Mihai Bornas și de unde am mai acumulat ceva în plus din experiența lor de radio.

Ultimul radio pe plan local: Radio Dada / Radio Tineret Focșani, unde director era Doina Boboc și e și acum împreună cu laris Boboc. Aici am petrecut 5 emisiuni de vară pentru tineret "Borcanul cu ifose", o emisiune la "Icoana cu leduri" de unde am pus în visteria mea noutăți despre viata de radio de la Doina Boboc-realizarea unei emisiuni, Cătălin Calet, Cătălin Vlădescu, Gabi Oaneș, Dan Băjenaru, Mihai Istrate, Adi Valentin, Dragoș M., Ionuț C. - moderarea de program muzical, Claudia Talamba si Aurel Ivan - grupajului de stiri.

În 2000-2001 am vizitat și un post de radio din Buzău - radio Campus mi-a plăcut și acolo, a fost foarte bine peste tot unde am poposit și am acumulat experiență teoretică foarte mult. Experiență practică mai puțin, și asta se vede și acum.

În perioada asta în care m-am întâlnit cu radioul am mai dat și interviuri pentru televiziuni ca: Antena 1 și TVR 1 și am fost invitat de Aurel Ivan, la emisiunea "Părerea ta contează", la Atlas Tv Focșani în vara anului 2002 când am fost și la Radio Dada / Radio Tineret și am vorbit despre Dumnezeu și viața nevăzătorilor din România. A fost o emisiune foarte frumoasă, încărcată cu multă emoție și

>>> continuare în pagina 9

„Degeaba ştii să citeşti dacă nu ai citit niciodată Biblia!”

Întrebările lui Dumnezeu

Ciprian Crăciun

1. Prima întrebare o găsim în Psalmul 24, 3 şi sună astfel: “Cine va putea să se suie la muntele Domnului? Cine se va ridica până la locul Lui cel Sfânt?”

...

2. Astfel se naşte o a doua întrebare. Aceasta se găseşte în cartea profetului Isaia 33, 14 ..."Cine din noi va putea să rămână lângă un foc mistuitor?" "Cine din noi va putea să rămână lângă nişte flăcări veşnice?"

...

3. Psalmul 15, 1 spune: “Doamne, cine va locui în cortul Tău? Cine va locui pe muntele Tău cel sfânt?”

...

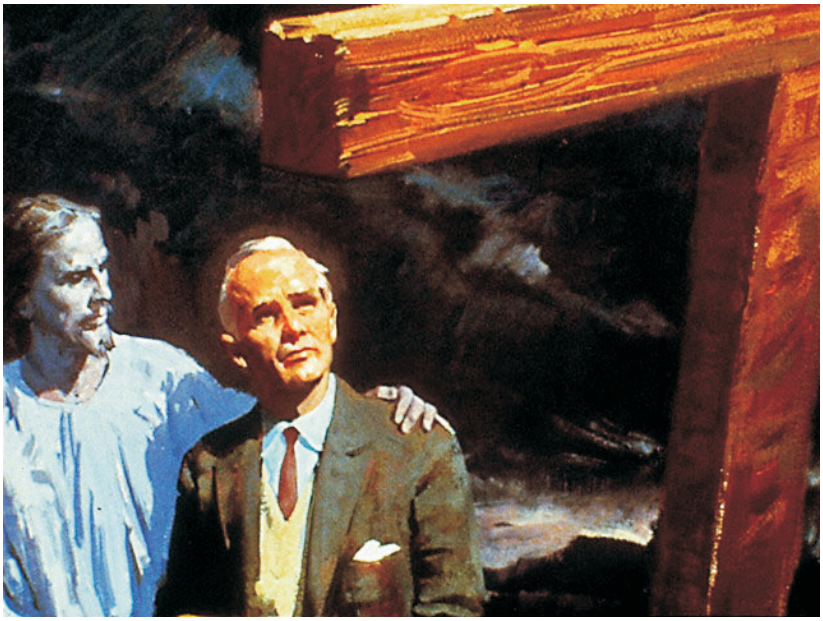
Dar Isus Hristos Mântuitorul ne oferă în dar neprihănirea Sa. El a plătit cu sângele Său răscumpărarea noastră, astfel ca prin credinţă oricine să poată avea neprihănirea cerută de Dumnezeu.

Mi-amintesc de momentul în care am încercat să mă întorc pe firul istoriei amintirilor personale până la limita conştientului. Cea mai veche amintire o am de la vârsta de cinci ani, când ţaţa Gica m-a întrebat cum mă cheamă, câţi ani am şi dacă vreau să-i dau din pâinea mea prăjită, unsă cu untdelemn şi presărată cu zahăr. Iniţial n-am vrut să-i ofer deliciul meu culinar, dar în urma văicărelilor ei, cu inima strânsă, i-am întins bucata de pâine. Am fost foarte surprins când femeia m-a refuzat spunându-mi că a vrut doar să mă încerce.

Astfel, cele mai vechi amintiri ale mele sunt legate de nişte întrebări. Ele ne însoţesc pe tot parcursul existenţei noastre terestre. Odată ce creştem, întrebările devin tot mai importante. Examenele din timpul perioadei de şcolarizare au la bază întrebările. Apoi urmează perioada când noi înşine începem să ne punem tot felul de întrebări. Ele ne ajută să creştem, să ne maturizăm, să gândim şi, în final, să devenim mai înţelepţi. Nu este de mirare faptul că toată viaţa ne ocupăm cu încercarea de a da răspuns la tot felul de întrebări care ne frământă existenţa.

În articolul de faţă vom analiza trei întrebări pe care ni le pune Dumnezeu. Vom studia răspunsul pe care tot Dumnezeu îl dă la aceste întrebări, lăsând răspunsul nostru personal la sfârşit.

1. Prima întrebare o găsim în Psalmul 24, 3 şi sună astfel: “Cine va putea să se suie la muntele Domnului? Cine se va ridica până la locul Lui cel Sfânt?”



Scriptura ne oferă perspectiva unei alte lumi. O lume mult mai bună, o lume desăvârşita şi veşnică. O lume pe care în străfundul inimii noastre ne-o dorim cu toţii. Dar această lume se află la înălţimea prezenţei lui Dumnezeu, aşa cum metaforic psalmistul o identifică cu muntele Domnului. Întrebarea ne ajută să înţelegem că toate încercările lui Dumnezeu de a salva neamul omenesc de la moarte şi nimicire veşnică, trimiţând în lumea noastră chiar pe Fiul Său, nu au avut intenţia să coboare cerul la standardele ştirbite şi nedrepte ale omenirii, ci scopul a fost acela de a ne ridica pe noi la înălţimea cerinţelor standardului legii divine, astfel încât să putem deveni cetăţeni ai Universului veşnic şi să putem locui în prezenţa lui Dumnezeu împreună cu îngerii şi fiinţele necăzute în păcat. Pentru aceasta trebuie să dorim, să ne propunem şi să urcăm până la muntele Domnului. Dumnezeu este interesat de lucrul acesta şi vrea să ştie cine este hotărât să urce muntele.

Dacă lumea în care trăieşti şi condiţia în care te afli nu îţi oferă nici fericirea dorită şi nu îţi asigură nici veşnicia, atunci trebuie să ştii că prin Isus, Tatăl Ceresc îţi adresează şi ţie întrebarea de mai sus. Vrei tu să urci chiar acum până la locul Lui cel Sfânt? Dacă eşti interesat de călătoria aceasta, iată răspunsul Lui Dumnezeu în Psalmul 24, 4: “Cel ce are mâinile nevinovate şi inima curată, cel ce nu-şi

>>> continuare în pagina 5

>>> continuare din pagina 4

dedă sufletul la minciună şi nu jură ca să înşele."

Condiţia de bază pe care cineva trebuie să o îndeplinească pentru a urca la muntele Domnului, este aceea de a avea neprihănirea cerută de Legea divină. Nimeni dintre muritorii călcători ai Legii celor 10 porunci, nu îndeplineşte această condiţie. Dar Isus Hristos Mântuitorul ne oferă în dar neprihănirea Sa. El a plătit cu sângele Său răscumpărarea noastră, astfel ca prin credinţă oricine să poată avea neprihănirea cerută de Dumnezeu. Efeseni 4, 10 spune: "Cel ce S-a coborât, este acelaşi cu cel ce s-a suit mai presus de toate cerurile, ca să umple toate lucrurile." Tot ce trebuie să faci este să urci în fiecare zi alături de Isus pe drumul neprihănirii care duce la Cer.

Anul acesta se împlinesc 58 de ani de la cucerirea Everestului pentru prima dată în lumea noastră de către Edmund si Tenzing. Mulţi au încercat înaintea lor această performanţa dar n-au reuşit. Alţii au plătit cu viaţa temerara încercare. Chiar şi azi Everestul rămâne o provocare periculoasă. Cum au reuşit cei doi? Se spune că diferenţa a făcut-o rezerva suficientă de apă. Iată cum ceva aparent nesemnificativ capătă valoare decisivă când vrei să atingi un ideal. Dumnezeu ştie că nu este uşor să urci muntele. Uneori oboseala te determină să te opreşti sau chiar să cobori înainte de a ajunge la destinaţie. Chiar şi cel care a cunoscut mântuirea reuşind să urce în prezenţa Domnului, se poate răzgândi. Astfel, se naşte o a doua întrebare:

2. Aceasta se găseşte în cartea profetului Isaia 33, 14 …"Cine din noi va putea să rămână lângă un foc mistuitor?" "Cine din noi va putea să rămână lângă nişte flăcări veşnice?" Lui Moise, Dumnezeu i s-a descoperit printr-un foc care nu se stingea, iar la Sinai poporul era îngrozit de prezenţa divină care făcea ca muntele să fumege, pre-închipuind pentru popor scena judecăţii de apoi. În Scriptură Dumnezeu este prezentat adesea ca un foc mistuitor în prezenţa căruia păcatul sau păcătoşii nu pot rezista.

Dacă la prima întrebare putem întrezări frământarea lui Dumnezeu pentru oamenii care nu L-au cunoscut niciodată într-un mod personal, în cea de a doua întrebare, descoperim aceiaşi frământare pentru cei care au avut experienţa cunoaşterii Lui. Nu este suficient doar să urci până acolo încât să cunoşti pe Domnul şi Mântuitorul nostru Isus. Trebuie să şi rămâi în prezenţa Lui, adică să trăieşti bucuria mântuirii împărtăşind vestea cea bună a Evangheliei cu prietenii tăi.

Răspunsul oferit de Dumnezeu la această întrebare se găseşte în Isaia 33, 15: "Cel ce umblă în neprihănire, şi vorbeşte fără vicleşug…" Condiţia de a rămâne în neprihănirea oferită în dar de Isus este aceea de a vorbi despre experienţa pocăinţei tale cu alţii. Însuşi Mântuitorul spune celui vindecat din Gadara: "Isus … i-a zis: "Du-te acasă la ai tăi, şi povesteşte-le tot ce ţi-a făcut Domnul..." Marcu 5, 19. Ce lucru simplu cere Dumnezeu. Desigur că aceasta arată ce se află în inima fiecăruia dintre noi. Despre ce îţi place să vorbeşti? Când te întâlneşti cu cineva, care este subiectul discuţiei tale? Răspunsul la aceste întrebări te poate ajuta să îţi dai seama unde te afli pe drumul veşniciei. Ai ajuns în vârf? Ai rămas acolo?

În Austria, înmormântarea capetelor încoronate, se desfăşura după un anumit ritual. Monarhul decedat era însoţit de cortegiul funerar la mânăstire, unde poţile erau găsite închise. Garda regală cerea străjilor să deschidă, dar acestea întrebau cine se află la porţi. Li se comunica numele regelui, dar străjile mânăstirii spuneau că nu îl cunosc. Atunci se aminteau faptele de vitejie şi de credinţă ale celui decedat, dar porţile rămâneau închise. În final, cu umilinţă, reprezentantul gărzii regale spunea că la porţi se află un simplu păcătos. Deodată, în tăcerea generală, masivele porţi ale bisericii se deschideau cu scârţâitul caracteristic, primindu-l în Numele lui Isus, pe păcătosul pocăit. Nu ceea ce faci contează, ci ceea ce eşti datorită schimbării pe care Isus a făcut-o în viaţa ta. Dar siguranţa mântuirii noastre veşnice este dată de răspunsul la cea de a treia întrebare.

3. Psalmul 15, 1 spune: "Doamne, cine va locui în cortul Tău? Cine va locui pe muntele Tău cel sfânt?" Această întrebare ne ajută să înţelegem care este cea mai mare dorinţă a lui Dumnezeu în dreptul nostru. Ce aşteaptă El de la tine cel mai mult? Nu doar să rămâi, ci să iei hotărârea de a locui în prezenţa Sa pentru totdeauna. Pe Muntele schimbării la faţă, înaintea splendorii maiestăţii divine, "Petru a luat cuvântul, şi a zis lui Isus: "Învăţătorule, este bine să stăm aici să facem trei colibi…" Marcu 9, 5. Ai şi tu această dorinţă? Iată răspunsul: Psalmul 15, 2. "Cel ce umblă în neprihănire, cel ce face voia lui Dumnezeu şi spune adevărul din inimă."

Dacă pentru a urca trebuie să ai neprihănirea oferită gratuit de Isus celui care cere, dacă pentru a rămâne trebuie doar să vorbeşti şi altora despre bunul Mântuitor, pentru a rămâne, trebuie să trăieşti şi tu asemenea Lui. Să umbli pe urmele Lui, şi să faci faptele Lui, adică să ai caracterul Lui.

Despre Livingstone se povesteşte că la mulţi ani după moartea lui, băştinaşii ascultând un misionar predicând pe Isus, au spus: "Noi îl cunoaştem pe acest om. Veniţi să-i vedeţi mormântul." Mirat de lucrul acesta, misionarul a fost condus la mormântul lui Livingstone. Aşa de mult semănase viaţa acestuia cu a Domnului Isus. Tot la fel trebuie să trăim şi noi. Când vorbele, faptele şi caracterul nostru se vor identifica cu cele ale Mântuitorului răstignit şi înviat, atunci putem fi siguri de mântuire. Scriptura numeşte lucrul acesta "sigilare". "Si am auzit numărul celor ce fuseseră pecetluiţi…" Apocalipsa 7, 4. Pentru cel sigilat nu mai există cale de întoarcere. Cerul îi aparţine definitiv. "Cei izbăviţi de Domnul se vor întoarce, şi vor merge spre Sion cu cântece de biruinţă. O bucurie veşnică le va încununa capul, veselia şi bucuria îi vor apuca, iar durerea şi gemetele vor fugi!" Isaia 35, 10.

-sfârşit-

Eu cred

Stai jos, relaxează-te și citește rândurile acestea, fără grabă!

Eu Cred...
Că nu trebuie să ne schimbăm prietenii,
Dacă înțelegem că prietenii se schimbă.

Eu Cred...
Că indiferent cât de bun este un prieten,
El tot te va răni, din când în când,
Iar tu trebuie să-l ierți pentru asta.

Eu Cred...
Că o adevărată prietenie continuă să crească,
Chiar și la distanțele cele mai mari.

Eu Cred...
Că îmi ia foarte mult timp
Să devin persoana care aș vrea să fiu.

Eu Cred...
Că poți merge în continuare,
Mult timp, după ce ai crezut că nu mai poți.

Eu Cred...
Că suntem responsabili de ceea ce facem,
Indiferent de ceea ce simțim.

Eu Cred...
Că prietenul meu și cu mine
Putem face orice sau nimic
Și totuși să ne distrăm de minune.

Eu Cred...
Că uneori, oamenii de la care te așteptai să te lovească,
Atunci când ai căzut,
Vor fi aceia care te vor ajuta să te ridici.

Eu Cred...
Că maturitatea are mai mult de-a face
Cu genurile de experiențe pe care le-ai încercat,
Decât cu câte aniversări ai sărbătorit.

Eu Cred...
Că nu întotdeauna este suficient
Să fii iertat de ceilalți.
Câteodată trebuie să înveți să te ierți pe tine însuți.

Eu Cred...
Că trecutul nostru și circumstanțele
Poate că au influențat cine suntem acum,
Dar numai noi purtăm răspunderea pentru cine vom deveni.

Eu Cred...
Că și atunci când crezi că nu mai ai nimic de dat,
Când un prieten te cheamă în ajutor,
Vei găsi în tine forța să-l susții.

Eu Cred...
Că diplomele atârnate pe perete
Nu te transformă automat într-o ființă umană decentă.

Eu Cred...
Că ar trebui să trimiți gândurile acestea
La toți oamenii în care crezi,
Eu tocmai am făcut-o.

Oamenii cei mai fericiți nu au parte
De lucrurile cele mai bune
Dar pot obține totul din cele pe care le au.

-sfârșit-

Stresul şi remedii ale acestuia

-Stresul şi teama-

-continuare-

Articol semnat de **Mârzac Diana - Maria**
Asistent Director Fundaţia Alinare

Ce este teama?

Stresul şi teama, frica, anxietatea fac parte din viaţa noastră de zi cu zi, indiferent de loc, vârstă, poziţie socială sau sex. Aproximativ 25% din populaţie suferă de anxietate care ar necesita tratament într-o anumită perioadă a vieţii lor. Alţi 25% au o anxietate mai puţin severă (ex. frica de şoareci sau păianjeni).

Ne naştem cu temeri, trăim cu ele şi, cel mai trist, murim cu ele.

Dicţionarul român defineşte teama ca fiind „o stare de nelinişte şi de tulburare provocată de un pericol care te ameninţă, de un rău care ţi se poate întâmpla... Stare de nelinişte sufletească cauzată de un pericol adevărat sau închipuit... Îngrijorare”

Aproape zilnic ne întâlnim cu situaţii care ne imprimă un sentiment de nelinişte, nervozitate, neajutorare: fie că avem de a face cu un patron morocănos şi nemulţumit, un client violent, sau că suntem o mamă care are multe facturi de plătit şi un salariu mic, sau un copil pe care strada îl educă mai mult decât părinţii pentru că sunt ocupaţi cu munca, că ne confruntăm cu un profesor exigent, sau un prieten dependent de droguri; fie că suntem un părinte care se gândeşte cu teamă că trebuie să caute o nouă slujbă, deşi lucrează de ani de zile în acelaşi loc, cu acelaşi salariu insuficient; sau un copil care trăieşte cu teama de a nu fi acceptat în rândul celorlalţi decât dacă acceptă anumite provocări; fie că suntem o soţie care priveşte cu teamă uşa care se poate deschide din nou cu violenţă dacă nu apelează la autorităţi competente care să o ajute; o fată îngrozită de viaţa pe care o va avea de dus de acum înainte, când lumea va fi văzută doar prin ochii altuia; sau o persoană ajunsă la vârsta pensionării care se teme că, odată cu ieşirea din câmpul muncii, nu va mai avea pentru ce trăi.

“Important este nu ceea ce ţi se întâmplă, ci felul în care reacţionezi"

Deci, în funcţie de împrejurări, există şi diferite tipuri de temeri:

- teama de schimbare;
- teama de a nu fi acceptat
- teama în urma unei traume
- teama de implicare sau non-implicare într-o relaţie
- teama de sinceritate
- teama de a nu avea control asupra celorlalţi
- teama de a fi diferit de majoritatea
- teama de a vorbi în public,
- teama de a merge la interviuri, de a comunica
- fobii, etc.

Diferenţa dintre frică şi... frică (anxietate)

Frica este o emoţie umana normală, care ne ajută în confruntarea cu pericolul. Aceasta reprezintă partea pozitivă (să o numim aşa) a fricii, care ne ajută să reacţionăm, să raţionăm, să plănuim şi să ocolim situaţiile stresante, incomode, periculoase, în câteva secunde. Un mecanism de apărare mai eficient nici că poate exista, oricât de dezvoltată ar fi tehnologia umană. Reacţiile şi reflexele pe care organismul uman le produce într-o situaţie periculoasă, sfidează raţiunea umană, pentru că ele nu au fost create de laboratoarele oamenilor de ştiinţă, ci de Dumnezeu.

Însă ca şi în cazul imunităţii din sfera medicală, există momente când frica, la fel ca imunitatea, devine un duşman, prin construirea unui inamic imaginar, iraţional şi atacarea propriei ordinii din viaţă. Aceasta este anxietatea şi îngrijorarea.

Ea poate să influenţeze negativ gândurile, emoţiile şi comportamentul nostru, viziunea asupra vieţii şi cursul ei.

Anxietatea este adesea însoţită de simptome fizice: durere abdominală (la copii), ameţeală, dureri de cap, dureri musculare, respiraţie grea, bătăi neregulate ale inimii, transpiraţie, scăderea puterii de concentrare; oboseală; iritabilitate; probleme sexuale; tulburări de somn, coşmaruri.

Experienţe din trecut pot fi de asemeni cauze ale

>>> continuare în pagina 8

>>> continuare din pagina 7

unor fobii. Astfel, un copil care provine dintr-o familie prea autoritară poate la maturitate să dezvolte un atac de panică în urma unui sentiment de furie prea mare.

În funcție de temperament, ea produce un lanț vicios de atitudini de auto-apărare contra presupusului dușman: evită luarea unor decizii, se izolează, are o expresie apatică, crispată sau posacă, vorbește prea mult sau deloc, se auto-compătimește, are nevoie mereu de încurajare (dar fără efect) și se simte foarte ușor jignită. Într-un cuvânt, anxietatea provoacă un dezechilibru emoțional, cu impact asupra stării fizice, psihice, spirituale, relaționale, sociale, etc pe termen nedefinit.

Deși deocamdată nu se știe ce anume provoacă starea de anxietate, se spune că este o manifestare a stresului și a unui mod de gândire negativ. Poate fi și o predispoziție genetică dar și o urmare a consumului excesiv de alcool, tutun sau băuturi cofeinizate (legătura dintre consumul lor și anxietate, se află în obișnuirea organismului cu substanțe care provoacă dependența, care duc la o stimă de sine scăzută, împiedică o judecată limpede și obosesc organismul).

Dușman sau aliat

Trăim într-o lume imperfectă, de multe ori tulburătoare, ne confruntăm cu situații de criză, suntem supuși unui stres continuu, oricât de liniștit ar fi cartierul în care trăim sau oricât de mult am interacționa cu oamenii.

De aceea avem nevoie să ne setăm zilnic valorile și principiile și să ne definim dușmanii.

Întrebarea cu cea mai mare relevanță ar fi cum ne putem împăca cu stresul și teama, din moment ce zilnic ne lovim de ele?

Nu există o rețetă completă, însă există anumite principii care ne pot fi de ajutor. În orice caz, a lăsa netratată anxietatea este ca și cum ne-am autocondamna la lipsa bucuriei și la ratarea unor rezultate bune, a unei vieți împlinite.

În primul rând, să păstrăm doar acele gânduri care oferă revigorare și care construiesc sufletul nostru, oricât de mult ar țipa îndoielile în interiorul nostru.

În situațiile stresante, să respirăm adânc, să analizăm situațiile „la rece", să vorbim calm, să punem multe întrebări cu privire la situația stresantă, fără a reacționa violent sau a ne retrage, pot fi de asemeni de ajutor în ocolirea instalării panicii.

A ne trezi zâmbind și a adormi zâmbind, este un alt exercițiu pozitiv pentru organism.

Să ne obișnuim să creăm metode noi, constructive, care ni se potrivesc și care ne pot ajuta să depășim depresiile: inventarea de poezii, cântece, ascultarea de muzică de calitate, pictură, scrierea de mesaje de încurajare către prieteni mai puțin fericiți decât noi, etc.

Să ne obișnuim să reținem mai degrabă acele momente din viață care ne-au adus satisfacție... chiar dacă nu putem face abstracție de eșecuri, de lipsuri sau de neîmpliniri, putem trăi cu ele, pentru că aceste lucruri nu ne definesc. Le putem privi ca pe o provocare a vieții, ca pe un imbold de a lupta și a dezvolta acele calități care ne vor ajuta să simțim bucuria vieții.

Sociabilitatea și iubirea de oameni sunt caracteristici pe care este nevoie să ni le însușim și să le manifestăm pentru că Dumnezeu dorește să ne învețe altruismul, pe care El Însuși le manifestă față de noi și Univers.

Să ne obișnuim să studiem Scriptura (cartea Psalmi și Proverbe sunt o adevărată comoară), să ne rugăm, să medităm la lucrurile frumoase, să gătim sănătos, să învățăm lucruri noi; aceste activități sunt un minunat tratament terapeutic pentru depresie și anxietate.

Să ne luăm timp să ieșim în natură, să vorbim cu prietenii, să zâmbim, să îmbrățișăm, să iubim, să fim devotați și să trăim frumos.

Henry David Thoreau spunea: „să nu-ți fie frică de nimic mai mult decât de frică", astfel că vă încurajez la o schimbare a atitudinii, pentru a nu fi doborâți de... propria frică.

La sfârșit, ca o încurajare, vă propun citirea unui fragment din Psalmul 63 care, pentru mine, reprezintă un psalm al recunoașterii puterii lui Dumnezeu, al dependenței față de El pline de bucurie, în ciuda pustiei pe care anxietatea sau frica încearcă să o aducă în viața noastră:

Psalmul 63

1. Dumnezeule, Tu ești Dumnezeul meu, pe Tine Te caut! Îmi însetează sufletul după Tine, îmi tânjește trupul după Tine, într-un pământ sec, uscat și fără apă.

2. Așa Te privesc eu în Locasul cel Sfânt, ca să-Ți văd puterea și slava.

3. Fiindcă bunătatea Ta prețuiește mai mult decât viața, de aceea buzele mele cântă laudele Tale.

4. Te voi binecuvanta, dar, toată viața mea, și în Numele Tău îmi voi ridica mâinile.

5. Mi se satură sufletul ca de niște bucate grase și miezoase, și gura mea Te laudă cu strigăte de bucurie pe buze,

6. când mi-aduc aminte de Tine în așternutul meu și când mă gândesc la Tine în timpul privegherilor nopții.

7. Căci Tu ești ajutorul meu, și sunt plin de veselie la umbra aripilor Tale.

8. Sufletul meu este lipit de Tine; dreapta Ta mă sprijină.

..:: Gânduri... de la prieteni ::.. ..:: Gânduri... de la prieteni ::.. ..:: Gânduri... de la prieteni ::..

Dragoș Dumitrescu
București

ARCA VIEȚII

La începutul vieții urcăm în arcă, intrând în pântecele ei alături de toate viețuitoarele pământului, protejându-ne de furtunile care ne lovesc de-a lungul întregii vieți.

Trăim în întuneric, doar din loc în loc mai pâlpâie o lumânare ce ne face să ne speriem de reflexia umbrelor noastre pe pereții de lemn ai arcei.

Plutim în derivă ani buni, încercând să supraviețuim, omorând una câte una animalele din jurul nostru și potolindu-ne foamea, neținând cont de faptul că distrugem specii pe care le pierdem pentru totdeauna. Ne-am creat o lume în care mințim, furăm, ne înșelăm unii pe alții crezând că în întunericul în care trăim nu ne vede nimeni. Nici nu încercăm să ieșim la lumină că ne este frică de ea, ne este frică că vor ieși la iveală toate faptele și gândurile noastre urâte.

Plutim în derivă, nevăzand că uscatul este lângă noi, dar îl ocolim de frica Celui care ne așteaptă la mal să nu ne judece pentru toate distrugerile pe care le-am creat și pentru lașitatea noastră de care dăm dovadă atunci când nu avem tăria să răspundem pentru faptele noastre.

El ne-a dat la început o carte pe care a scris-o pentru noi și în care ne învață cum să trăim, cum să protejăm și să respectăm toate viețuitoarele pământului, cum să ne hrănim și cum să ne iubim între noi, dar noi am fost prea ocupați să ne mințim, să ne înșelăm între noi și să distrugem tot ce ni s-a dat în grijă și nu am avut timp să citim Cartea plină de învățături a Părintelui nostru.

Abia când începe arca să ia apă şi să se scufunde, începem disperaţi să strigăm şi să Îl rugăm pe Cel ce ne aşteaptă la mal să ne salveze.

Atunci, disperaţi, pretindem că Îl iubim şi Îl rugăm neîncetat să ne ierte, iar El, în înţelepciunea Sa, ne repară vasul, crează o perdea de ceaţă între ţărm şi arcă, spunându-ne că vom vedea din nou malul doar când vom învăţa să aprindem luminile din sufletele noastre pentru că acea ceaţă nu poate fi pătrunsă de lumina nici unui far. Luminile din suflet pot fi aprinse doar cu credinţă, dragoste, bunătate şi multă rugăciune.

Tatăl nostru, Cel ce ne aşteaptă la mal cu braţele deschise, are încredere în noi şi ne aşteaptă cu dragoste să ne întoarcem la El. Să nu Îl dezamăgim. Să ne iubim, să ne respectăm şi să ne rugăm împreună pentru a crea lumina atât de puternică încât să învingă ceaţa care ne împiedică să ajungem la mal în braţele Părintelui nostru.

Dragoş, atunci când mi-ai trimis aceste rânduri, spunându-mi că sunt create de tine, m-am gândit că merg – logic – la rubrica de creație, însă după ce le-am citit și recitit, impresionat fiind de profunzimea lor, mi-am dat seama că locul lor este aici, la această rubrică.

Sunt așa de pline de profunzime, încât doresc mult ca toți cititorii să le privească nu ca o simplă creație ci ca ceea ce sunt de fapt: gânduri care te-au frământat și la care ai găsit răspuns.

Extraordinar este faptul că nu le-ai păstrat undeva... ascunse... doar pentru tine, ci ni le-ai împărtășit și nouă. Mulțumim Dragoș!

(Mă întristează faptul că o asemenea rubrică deosebită tinde iarăşi să dispară din cauza neimplicării voastre, a celor ce citiţi această revistă. Mirarea mea rămâne: oare din 3.000 de primitori ai revistei, nu se mai găsesc câţiva care să trimită gânduri – proprii sau citite – care să transmită un mesaj de încredere, speranţă, optimism… Eu cred că da. Aştept!)

..:::: Viaţa aşa cum este ::::... ..:::: Viaţa aşa cum este ::::... ..:::: Viaţa aşa cum este ::::...

>>> continuare din pagina 3

sensibiliate a moderatorului față de situația noastră a nevăzătorilor, rămânând fără cuvinte o bună parte din emisiune. A fost una dintre cele mai bune și cu cel mai mult rating de când era emisiunea lansată. Aici am lansat eu prin intermediul acestei emisiuni o agenție de modeling, pe numele ei de atunci „Accent" și atunci a avut un rating foarte bun și o emisiune excelentă.

Apoi până în 7 martie 2007 când am făcut înregistrări pentru emisiunea "Nu ești singur" realizată de Dana Lupu Bordeanu la Radio Vocea Speranței, nu a mai fost în nici un radio. A fost o perioadă de pauză între 2002-2007.

Când i-am cunoscut pe cei de la Radio Vocea Speranței a fost o mare bucurie pentru mine, am început din nou să visez la viata mea de radio. Dana Lupu Bordeanu mi-a făcut cunoștință cu toată echipa radioului. Primul cu care mi-a făcut cunoștință a fost Sorin Cătălin Dinu care afost cel mai deschis la prietenie și foarte sociabil și uite așa ne-am împrietenit și promovăm împreună cu Sorin Cătălin Dinu și Dana Lupu Bordeanu acest proiect minunat al persoanelor cu dizabilități din România.

Am ajuns la finalul poveștii despre visul meu cel mare de a deveni un bun și mare jurnalist creștin care să lupt pentru adevăr și să îi ajut pe cei de lângă mine prin materialele mele care le public sau le difuzez la radio… nu să îi dstrug... cum e jurnalismul acesta lumesc... nu-mi place un astfel de jurnalism plin de păcat și fără Dumnezeu. Asta e dorința inimii mele: să fac binele care m-a învățat Tatăl meu ceresc.

O altă dorință a inimii mele e să-mi întemeiez o familie și cu asta cred că aș fi un om împlinit pe acest pământ.

Știu că Dumnezeu le împlini pe amândouă și de asta le las cu totul în mâna Lui.

Revenind la tabără, pot zice că m-am simțit foarte bine, chiar super bine, dacă ar fi fost mai mult… mi-aș fi dorit să nu mai plec și știu că toți care au fost în tabără sunt în asentimentul meu. Sperăm și la anul să mai facem o astfel de tabără, că sunt primul pe listă la înscriere, ori tot în acest

>>> continuare în pagina 13

DACĂ NU AR FI SPERANȚA

Dacă nu ar fi speranța
Ce pustie mi-ar fi viața!
Dacă nu mi-aș făuri visul
La ce mi-ar ajuta scrisul?

Dar las mesaj pe hârtie
Poezie după poezie,
Și te întreb, Constantine,
Când te vei despărți de mine?

Ori moartea ta mi-a dat o taină
Chiar c-am trăit doar în spaimă
Dar tu te rogi și ne veghezi,
Sau nu-ți pasă, nu ne vezi?

Chiar crezi că ai acest drept?
Să nu mă lași să fiu cu ei
Prințișorii cerșetori
Copii noștrii, două flori,

Care trebuiesc udate
În fiecare dimineață
Tu, rouă sfântă, să-mi aduci
Să-l ud, să ne plimbăm prin lunci.

De noi aminte să-ți aduci
De nu ne părăseai atunci,
În 'cest ceas cel scriu aici
Mi-e greu sufletul pentru doi pui.

Puișori ce i-am crescut la sân
Eu voi durerea lor să le-o spun
Dar sunt de ei îndepărtată
Și vocea-mi spune: "Luptă! Luptă!"

Viața nu se sfârșește niciodată
Puii tăi i-ai lipsit de tată
Dar mamă, tată, le sunt eu
Împreună cu Dumnezeu.

Ionescu Daniela Nicoleta
Nedelea (Prahova)

RUGĂ

Nu cer prea mult... Atât aș vrea
Să mă pot ține pe picioare!
Un singur pas mi s-ar părea
Cât zborul păsării sub soare.

Dă-mi Doamne, din puterea Ta
Cum dai răsplată după faptă!
Să pot spera, să pot lupta
Cu boala crudă și nedreaptă.

Atâta vreau: să rup o floare
Cu mâna mea contorsionată,
Să mă pot duce la plimbare
Fără să fiu supravegheată...

Atâta vreau: măcar o dată
Să fiu eu sprijin alor mei!
Dă-mi vlagă Milostive Tată,
Căci poți s-o faci, numai să vrei.

Cidem Narcis Brâslașu
din volumul: ***„Din suflet pentru suflete"***

DRUMUL VIEŢII

Apăsaţi de crucea dată
Drumul vieţii îl străbaţi
Chiar de ai faţa înlăcrimată
Pentru fiecare zi te baţi.

Cazi şi te ridici mereu
Mergi zâmbind înainte
Chiar de adesea e greu
Isus e cu tine, nu te minte

În suflet şi în gând e soare
Dumnezeu e tot cu tine
Speranţa nicicând nu moare
Nici azi, nici mâine.

Drumul vieţii nu-i uşor
Dar bătut să nu te dai
Fiecare lacrimă e un dor
Pentru când se ajunge în rai.

Vali Fencea – Ciutelec (Bihor)

Talentul...

nu cunoaste

handicap!

TANGIBILITATEA AUTUMNALĂ

cu drag, pentru **Monica**

De ce trebuie să stai in frig,
Doar ca bogații și mai tare
Să se îmbogățească,
De ce nu poți beneficia de drepturi,
Și nu poți avea din belșug libertate,
În dulcea și frumoasa țară românească?
De ce să moștenească averi și palate,
Cei ce neamul cu viclenie l-au vândut?
De ce să li se-ofere libertate,
Celor ce au făcut
Cu destinul nostru tot ce-au vrut?
Tu stai în frig și suferi,
Cu inima blândă și senină,
Din cauza celor ce n-ar trebui
Să aibă-n veci odihnă!
E groaznic de trist, și-i greu,
Și-i camera rece și grea,
Oare Domnul Isus, Mântuitorul cel mare,
Chiar o fi uitat de suferința ta?
N-a uitat, că Dumnezeu nu doarme!
Iar cand timpul așteptat în grabă va veni,
Vei pluti și vei striga de fericire:
„Rămâneți voi cu gazul vostru,
Că eu rămân cu dragostea mea!",
Și, de atâta fericire, vei zâmbi!

Pop Mihai – Breb (Maramureș)

CARAGIALE – CONTEMPORANUL NOSTRU

Cu ce mare poftă noi românii râdeam,
Când piesele tale Caragiale le vedeam,
Când vedeam pe Cațavencu, pe Pristanda
Cât de mult și unul și altul țara o iubea

Iată că astăzi pe Trahanache iar îl vedem,
Dar nu pe scenă, ci chiar acolo în guvern,
Ce cu bugetul duce grele și mari lupte,
Ca să bage mâna în sacul lui și să fure.

Pe politicieni țara și poporul îi interesează,
Dar numai până ce alegătorii îi votează,
În campanie promit multe, verzi și uscate,
Dar după ce-au fost aleși, le-au uitat pe toate.

Românul zice că dacă în politică ai intrat,
Nu este bine că porcii te-au și mâncat,
Că politicienii sunt așa cum este un porc,
Chiar de sunt sătui mănâncă până nu mai pot.

Iartă-mă porcule că m-am folosit de tine,
Ca să arăt pe politicienii de azi și mâine,
Dar totuși porcule ești cinstit față de ei,
Tu nu furi cum fură acești „mari politicieni".

Politicienii nu-s doar porci ci și niște câini,
Care se cred ai țării tari și mari stăpâni,
Latră unii la alții, ba chiar se și mușcă,
Ca să nu piardă bucata pentru care se luptă.

Dacă de furat s-ar fura doar ei între ei,
Nu ne-ar interesa, dar ne fură chiar pe noi,
Și pe bucățile ce de la gura țării le fură,
Dau lupte grele între ei, ba se și înjură.

Cât de mult eu te-am iubit, Caragiale,
Dar personajele tale au devenit iar reale,
Omul de rând nu mai râde cu poftă mare,
Că nu i se mai ajung banii de mâncare.

Iată biată țară c-ai ajuns iarăși, din nou,
Ca să fie iar Caragiale contemporanul tău,
Oameni fără Dumnezeu te conduc și te fură iar,
Căci justiția îi ajută să pună ban pe ban.

Popescu Nicoleta – Bughea de Jos (Argeș)

CE AȘ MAI PUTEA SĂ-ȚI OFER?

Prințul meu nu știu
de ce oare inima mă doare
Când sunt singură și
mă gândesc la această
depărtare,
Ce este între noi.
Prințul meu te vreau
lângă mine pentru
totdeauna.
Nu mai vreau lacrimi
de singurătate.
Te voi aștepta o viață și,
Ce altceva aș mai putea
să îți ofer?
Decât inima mea ce bate
pentru tine
neîncetat.

Mariana Lucuța -.Recaș.(Timiș)

STRIGĂ ASTĂZI TOT CERUL

Strigă astăzi tot cerul
Pregătiți-vă toți creștinii
Mici, mari, împărați, săraci,
Vine Isus, Mântuitorul!

Îmbrăcați-vă cu haine curate
Lăsați-vă de toate răutățile
Astăzi se pune întrebarea:
Cum Îl aștept pe Mântuitorul?

Înviorează-te azi,
Cu pace, cu ploi de binecuvântări
Cu dragoste deplină în inima voastră
Să zicem cu toții: „Vine Isus, Mântuitorul!"

Iordache Ionel Marius – Viişoara (Constanţa)

PUTEA-VA PARDOSUL?

Putea-va pardosul să-nceapă,
Să schimbe blana lui pestriţă,
Putea-voi eu ca să mă schimb,
Când am pe faţă, corp vreo aluniţă?

E cert, diamantat în mii de ani de pribegie,
Doară prin mine însumi nu, e-o nebunie,
Privesc la El, la tandra, maiestoasa ispăşire,
Prin El doresc să fiu spălat şi înnoit în vieţuire?

Putea-veţi voi, voi dragi prieteni ca să beţi,
Paharul lui Isus pentru a voastre intim fapte,
Şi să lăsaţi ca sânge adânc şi gâlgâind să curgă,
Pentru a fi pe calea vieţii doar neînsemnată umbră?

Putea-veţi voi a trece prin nopţi de strâmtoare,
Albiţi încurajând nu la păcat ci la neprihănire tare,
Putem noi oare să privim duios în cânt şi bucurie,
Să reflectăm stilat, candid a cerului şi Domnului solie?

Dacă e da, atunci orice vers al Scripturii să fie alinat,
În ascultare, dacă e tare să fie consacrat la abordare,
Fie de jurăminte călcate şi tot mereu fiind nepreţuite,
Fie în călcări de cuvânt, promisiuni la semeni, aproape
Prieteni, fraţi, amici, iubiţi, rivali, duşmani lăsate risipite.

Să dăm da înapoi şi împătrit sau după lege,
Ce am călcat doar a sfătos a prea sfidare,
Şi să ne unim în camera de sus, politicos
Stilat şi nestingherit o nouă consacrare.

Să nu uităm că fiece vorbă, faptă,
Rostită-n enervări şi prea rostiri amare,
Au prea strâpuns o coastă de Isus,
Şi L-au prea adâncit, sortit să stea în jale.

Oricine-am fi din orişice biserici, firme, echipe sociale,
Să ne unim într-o dreptate sfântă îngăduitoare,
Dar brânza ce pe bani am răsplătit-o prost la fraţi,
Şi scârba de lângă ea ce dar fusese dată ca favoare.

Să fie înlocuită doar cu pocăinţă tare altminteri
Ne paşte o judecată şi răsplătire grea, chinuitor de-amară
Să nu uităm că măsurate ne sunt fapte puse-n socoteală
Şi Domnul întârzie să vină din cer din cauza mea şi-a ta.

Diaconu Liviu Aurel

LUMEA E TOT MAI REA

Pe zi ce trece, lumea aceasta e tot mai rea
Oamenii au sufletul din ce în ce mai rece
Și nu vor mai deloc să încerce,
Să lupte, în lume să primeze iubirea.

Fiecare are propriul adevăr
Și nimeni nu mai recunoaște când greșește
Prin propriile forțe nu putem schimba culoarea unui fir de păr
Dar ne credem zei și vrem să trăim regește

Am devenit mai lacomi, mai falși, mai egoiști
Nu ne gândim deloc, că vom rămâne singuri și triști
Nu mai știm ce este bine și ce este rău
Fiindcă am uitat complet de Dumnezeu!

Ca să schimbăm în lume ceva
Trebuie să ne întoarcem la credință,
Să ne luptăm cu noi să fim mai buni
Să nu mai trăim în greutăți și suferință.

Topliceanu Florin

SUNT UN LICURICI

Sunt un licurici,
Felinar pentru zări
Te caut pe tine:
De ce vrei să mă prinzi!
Sunt un licurici
La margini de pădure
Scânteie;
O cale lactee
Sunt aici pentru tine!
Sunt un frumos licurici,
Artificiu în iarbă
Mă vezi băiete
Care mă frângi?
Sunt un licurici
Singuratic și mic;
Dar te iubesc un pic
Și pe tine.
Sunt un glob pământesc
În miniatură,
La geamul tău bat
Obrăznicătură!

Gheordănescu Maria
Cobadin (Constanța)

Talentul...

nu cunoaste

handicap!

Talentul…
(Creatia ta)

EMANUEL

dedicată tuturor voluntarilor
din proiectul **„Ridică-te și umblă"**

Avem chemarea Emanuel
Suntem călăuziți de El
Împreună ne rugăm
Pacea și liniștea aflăm

Duhul Sfânt umple sufletul
Domnul transformă cugetul
Suntem în brațele Creatorului
Avem dragostea Mântuitorului

Mesia e Fiul Tatălui
Luminează drumul omului
Făptura o apără cu înțelepciune
Mângâie cu vorbele bune

Măreț este Dumnezeu
Viața ne-o conduce mereu
Iată miracolul izbăvirii
Al iertării și al iubirii.

Mincă Elena Gabriela
Alexandria

SUS PE CULMEA UNUI DEAL

Dedic aceste versuri la toți
prietenii de suferință

Sus pe culmea unui deal
Șade o fată și un băiat
Se ciugulesc ca doi porumbei
Se vede dragostea din ei
O dragoste sinceră și adevărată
dintre un băiat și o fată
Dar iubirea lor era și mai mare
Fata nu mergea, băiatul nu vedea
Și în codru s-au cununat
Frunza martor le era
Dumnezeu legământul le făcea
Să fie împreună mereu
să se sprijine la greu
Să nu uite niciodată
Că pe acest pământ
Au un Tată Sfânt
ce-i ajută în cer și pe pământ
Și de o vrea bunul Dumnezeu
Iubirea lor va fi mereu.

Adriana Chită
Răchitoasa.(Bacău)

...::: Anunţuri de la cititori :::... ...::: Anunţuri de la cititori :::... ...::: Anunţuri de la cititori :::...

Ilie Vasile

Mă numesc Ilie Vasile și sunt din municipiul Slatina, jud. Olt. Am un scuter electric (Sophraider de Luxe) și am nevoie de piese de schimb. Rog cititorii revistei dacă cunosc vreo adresă (din țară sau străinătate) de unde pot face rost de aceste piese, să mă contacteze la ***0720-527621***

Dediu Dobre

Am 50 de ani și în 1984 am avut un accident la coloană. Am disperată nevoie de un cărucior mecanic sau electric. Rog pe oricine mă poate ajuta să mă contacteze la ***0239-651469****. Cine dorește să se convingă de starea și situația mea, poate să sune și la Primăria din comuna mea: Viziru tel.* ***0239-666400***

Pop Mihai – Breb (Maramureș)

Aș avea nevoie de un laptop sau calculator, fie și la mâna a doua! Cine ar dori să-mi vândă, vă rog să mă sunați la ***0760-496260*** *de luni până sâmbătă, între orele 8 și 21.*

Aurel

Mă numesc Aurel, am handicap gr. I (parapareză spastică - scleroză multiplă). Am 47 ani și sufăr de această boală de 15 ani. Mă deplasez foarte, foarte greu, pe o distanță scurtă. Am 45 kg. și am probleme și cu vezica (urinez foarte des). Am tratament lunar (pentru a nu rămâne imobilizat la pat), însă nu am ca venit decât indemnizația de persoană cu handicap.

Sunt foarte chinuit și nu fac față cu cheltuielile (plătesc chirie). Rog pe toți cei cu teamă de Dumnezeu și cu inimă mare să mă ajute. Pentru a afla mai multe despre situația mea: ***0760-424858***

Tudoraș George

Caut asistentă personală la domiciliul persoanei. ***0729-355528***

Albu Gina Lăcrămioara

Sunt o persoană cu handicap gr. II și locuiesc împreună cu mama, grav bolnavă și ea. Tatăl (respectiv soțul), ne-a bătut și ne-a alungat de acasă. Avem mare nevoie de orice fel de sprijin (lemne, medicamente, bani, etc.). De asemenea, putem fi ajutate și dacă ni se dă ceva de lucru, în zona Târgoviște – Pucioasa – Fieni. Pentru mai multe informații: ***0720-271922***

Anonim

Doresc să ajut pe oameni să cunoască Biblia, pentru o viaţă mai bună şi pentru viaţa veşnică. Cei interesaţi mă pot suna la ***0720-154534*** *şi* ***0760-039547***

Bologa Anișoara – Greci (Mehedinți)

Caut o prietenă dragă pe care am cunoscut-o la Spitalul din Vâlcele în urmă cu mulți ani. Se numește Cercel Mariana și locuia în București. Cine o cunoaște rog să mă sune la numărul de telefon ***0252-374410***

Consilier juridic Georgeta-Mihaela Sima - Fundaţia Serafim - Consiliere juridică gratuită

Juristul Fundaţiei Serafim Georgeta-Mihaela Sima oferă consiliere juridică gratuită venind în întimpinarea persoanelor cu handicap şi a celor care nu au posibilitatea financiară pentru rezolvarea problemelor de ordin juridic. Dorinţa noastră este de a vă ajuta în adoptarea unor decizii care să se bazeze pe o informaţie corectă şi care să vină în sprijinul tuturor celor care necesită un sfat juridic eficient, în special al persoanelor cu handicap. Ne puteţi scrie pe adresa: ***Fundaţia Serafim*** *pt. doamna jurist* ***Mihaela Sima Str. Libertăţii, bl. 6, ap. 50, Jud. Neamţ, Loc. Roman, Cod 611015*** *sau e-mail:* ***office@fundatiaserafim.ro***

Mircea Costel Bratosin – agent mass-media Asociatia „Ridică-te și umblă”

Asociația „Ridică-te și umblă” București vă invită la întâlnirile persoanelor cu handicap locomotor și vizual. Dacă sunteți persoane cu dizabilități locomotorii și vizuale, asociația "Ridică-te și umblă" are un loc și pentru voi. Vă așteptăm pe toți cei care doriți să fiți împreună cu noi și să devii parte din familia noastră! Vârsta nu e limitată!

Dacă Dumnezeu v-a pus pe inimă o lucrare specială și aceasta e să lucrați ca voluntari pentru persoanele cu dizabilități locomotorii și vizuale, vă așteptăm pe toți doritorii să deveniți parte din familia noastră. Vârsta nu e limitată! Asociația „Ridică-te și umblă” are nevoie de volunari: șoferi, kinetoterapeuți, maseori, doctori generaliști, doctori stomatologi, oftalmologi, balneofizioterapeuți, etc.

Invităm toate persoanele cu dizabilități din România (trebuie însă să vă rezolvați personal transportul și cazarea) și mai ales pe cele din București (transportul asigurat de organizatori) care doresc să studieze Biblia mai în profunzime și mai intens, să vă faceți prieteni, să petreceți momente frumoase de părtășie cu semeni care sunt la fel ca voi și să vă puneți talentul în valoare, vă așteptăm la prima biserică destinată special celor ca noi!

Pe 18 decembrie, ora 18.30, la Palatul copiilor din București, asociația „Ridică-te și umblă" organizează un concert umanitar. Invităm toate persoanele cu handicap locomotor și vizual care doresc să participe.

Mai multe detalii și înscriere la adresa de mess și e-mail asociatiaridicatesiumbla@yahoo.com pe pagina de facebook: asociatia ridicatesimbla și pe grupul de pe facebook ridica-te si umbla. Accesați și www.ridicatesiumbla.ro

Pentru obținerea mai rapid de informații: ***Vali Mîrzac*** *(membru fondator asociația „Ridică-te și umblă)* ***0766-565259 sau 0721-188198****, și* ***Aurel Burcea*** *(membru fondator și vicepreședinte asociația „Ridică-te și umblă)* ***0765-365533***

Nota redacţiei: Responsabilitatea corectitudinii informaţiilor din anunţuri, aparţine în totalitate autorilor!

Hepatitele

Hepatita A

As. med. **IULIANA STANISLAV**

Oamenii de ştiinţă au identificat cinci virusuri hepatitice, identificate prin literele A, B, C, D şi E. În acest număr vom scrie despre hepatita de tip A.

Virusul hepatitei A (vha)-hepatita acută virală este una din bolile infecţioase cele mai răspândite. Numită și boala mâinilor murdare, are transmitere digestivă. Ea nu se cronicizează, dar este mai severă la adulți. Se poate evita prin vaccinare.

Căile de transmitere

Rezervorul hepatitei este omul bolnav. Transmiterea bolii se face pe cale orală, prin contact direct cu sursa de infecție, cea mai des întâlnită fiind mâna murdară.

O altă cale de transmitere este indirectă prin obiecte contaminate și instrument medical.

Boala nu se transmite prin:
- strănut
- tuse
- statul lângă persoana bolnavă
- îmbrățișare

Cauzele favorizante
- starea de nutriție precară
- lipsa de vitamine în alimentație
- existența unor boli anterioare sau asociate
- precum și lipsa igienei personale.

Simptome

La copil hepatita este deseori asimtomatică, cu evoluție spontană spre vindecare. Manifestările clinice cresc cu vârsta. Peste 90% din copiii infectați, până la vârsta de 5 ani, sunt complet (sau aproape) asimptomatici, în timp ce 70-80% din restul populației infantile au o simptomatologie clinică. Intervalul între contaminarea cu virus și apariția icterului depinde de cantitatea de particule virale contaminate și durează între 21 și 42 de zile.

Simptomele nespecifice, cum ar fi: astenia, lipsa poftei de mâncare, dureri abdominale, diareea, pot apărea înaintea icterului cu câteva zile. Icterul, îngălbenirea mucoaselor și a tegumentelor, sunt însoțite de urini închise la culoare și scaune decolorate.

Tratament

Tratamentul constă în repaos la pat, mâncare echilibrată corespunzător vârstei, aport de lichide în funcție de greutatea corporală.

Recomandări

Evitarea hepatitei a se face cu ajutorul vaccinului specific, eficient 10 ani, precum și prin păstrarea igienei, în special prin spălarea mâinilor după folosirea toaletei și spălarea fructelor și legumelor.

Revenim în numărul viitor cu subiectul despre hepatita de tip B.

..:::: Viaţa aşa cum este ::::... ..:::: Viaţa aşa cum este ::::... ..:::: Viaţa aşa cum este ::::...

>>> continuare din pagina 9

loc, ori într-o altă zonă a țării, dacă e posibil să vedem și noi toată România. Știm că e foarte frumoasă și merită vizitată.

În final vreau să mulțumesc Bunului Dumnezeu pentru acest vis împlinit: Ascociația „Ridică-te și Umblă" București și tabăra „Ridică-te și Umblă" de la Albești – Argeș și tuturor din tabără: voluntari, organizatori care au trudit pentru noi 7 zile neîncetat ca adevărați eroi, mă refer mai ales la cei care au fost ajutați să urce și să coboare cu căruțurile, pentru hrana spirituală și fizică și pentru tot ce au făcut pentru noi… Sunt oamenii lui Dumnezeu… nu îi pot nota decât cu + infinit pentru tot efortul depus pentru noi și de apreciat că și-au luat din timpul lor pentru a petrece cu noi… minunat… oameni cu valoare cerească… Dumnezeu să vă binecuvânteze pe toți cei implicați și toți cei care ați fost în tabără.

Eu personal vreau să îi mulțumesc lui Sorin Dinu și Danei Lupu Bordeanu și Centrului Media Adventist - Radio Vocea Speranței și Speranța Tv și Aurel Burcea - Revista „Împreună" pentru toată promovarea făcută în acest an și de acum înainte și pentru toată atenția și sprijinul acordat prin mediatizarea acestui proiect al persoanelor cu dezabilități din România și nu în ultimul rând pastorului George Uba – Președintele Asociației „Ridică-te și Umblă", pastorul Sorin Goleanu - Director ADRA România, Vali Mîrzac – Director – Fundația Alinare România și Bisericii Adventiste din România – Conferința Muntenia - Comunitatea Noul Grand: vă mulțumesc că existați, că ați făcut ca această asociație să existe pentru noi. Și știm că n-ați făcut singuri, ci cu Dumnezeu, partenerul cel mai puternic implicat în acest proiect. Dumnezeu să vă binecuvânteze din belșug și neîncetat și să vă călăuzească fiecare pas al vieții voastre în tot ceea ce faceți.

Ridicați-vă și umblați pentru că putem totul în Domnul nostru Isus Hristos care nu ne lasă niciodată, indiferent de situație. Dumnezeu cu voi toți.

-sfârșit-

...::: Să ne rugam pentru :::... ...::: Să ne rugam pentru :::... ...::: Să ne rugam pentru :::...

Avem un Dumnezeu atât de iubitor şi de dornic de a ne răspunde la rugăciune, încât ar fi o lipsă de înţelepciune de a nu asculta de îndemnul Său de a ne ruga unii pentru alţii.

În plus, aceasta arată nu numai că avem încredere în El, ci şi că simţim unul cu celălalt, că ne pasă.

Aș vrea să ne rugăm pentru Pino Andraș Oprea, care trece prin mari dureri, ca Domnul să aibă milă de el și să îl ajute.

Vă mulțumesc!

Mariana Lucuța – Recaș(Timișoara)

Aș vrea să ne rugăm pentru familia lui Aurel, ca Dumnezeu să-i lase sănătate, bucurie... și în mod special pentru mama lui, ca Dumnezeu să-i lase belșug de binecuvântări.

Să ne rugăm pentru revista „Împreună", ca sponsorii să ajute și în continuare.

Să ne rugăm pentru frații și surorile noștrii în suferință.

Să ne rugăm pentru fundația „Alinare", pentru clubul „Ridică-te și umblă", revista „Împreună", ca Dumnezeu să lase belșug de binecuvântări.

Să ne rugăm pentru familia mea, ca Dumnezeu să lucreze și să lase belșug de binecuvântări.

Iordache Ionel Marius – Viişoara (Constanţa)

Să ne rugăm pentru revistă în continuare și pentru ca Dumnezeu să pregătească noi sponsori. Multe binecuvântări să reverse Domnul Isus peste toți cei în suferință, să nu uite să se încreadă în Domnul și vor primi mângâiere.

Magda – Rădăuți

Să ne rugăm Domnului pentru un suflet drag și frumos de fată, și anume pentru Monica din Turda, ca să-i dea Dumnezeu multă putere în a rezista în toate, mângâiere, înțelepciune și mult ajutor pentru a putea face față tuturor problemelor. Să dea Dumnezeu să poată plăti gazul, să o reconecteze și să nu o mai taie, că are foarte mare nevoie pentru acum și pentru la iarnă.

Pop Mihai – Breb (Maramureș)

Pentru familia lui Aurel Burcea și pentru sponsorii care ajută revista.

Pentru vecinul meu din Viișoara, Marius Ionel Iordache, pentru sănătatea mamei și a prietenilor lui.

Pentru toți prietenii mei și pentru domnul prof. Liviu Macovei.

Gheordănescu Maria–Cobadin (Constanța)

Din cauză că trebuie să stau mult pe căruț (14-15 ore zilnic), escarele mi se închid și mi se deschid. Slavă Domnului! S-au închis, dar rog să fiu susţinut în continuare în rugăciune.

Burcea Aurel – Peretu (Teleorman)

Să ne rugăm pentru întâlnirile din Bucureşti, să găsim sponsori pentru ele, pentru activităţile ce se vor desfăşura, pentru ca să ni se umple inimile de împlinire, bucurie, satisfacţie, etc...

Burcea Aurel – Peretu (Teleorman)

*<u>După cum bine vedeţi la finalul revistei, sponsorii se retrag unul după altul. **Să nu mai apară revista!!!** Eu nu ştiu, ci numai Domnul ştie.</u>*

<u>Ceea ce ştiu este că trebuie să continuăm să prezentăm dorinţa noastră la tronul Lui de milă şi de har, iar El să hotărască. (Rom. 8: 28)</u>

Burcea Aurel – Peretu (Teleorman)

...::: La Mulţi ANI! :::... ...::: La Mulţi ANI! :::... ...::: La Mulţi ANI! :::... ...::: La Mulţi ANI! :::...

<u>Manolache Doina – Agigea</u>

Dublă aniversare în familia Ganea din Călărași: fiul, Ionuț (2 noiembrie) și tatăl, Constantin (14 noiembrie). Le urez multă sănătate, împlinirea tuturor dorințelor, o viață liniștită alături de cei dragi, să aveți parte de tot ce vă înconjoară. ***„La mulţi ani!"***

<u>Tot Ana</u>

„La mulţi ani!" *le urez: fratelui* ***Ionel****, care pe data de 1 noiembrie împlinește o frumoasă vârstă; și nepotului* ***Cătălin****, care își serbează ziua de naștere pe 2 noiembrie, multă sănătate și împlinirea tuturor dorințelor, și mii de mulțumiri nepotului care își face timp pentru a ne îngriji în fiecare zi. Dumnezeu să te binecuvânteze Cătălin că nu uiți de cei în suferință.*

<u>Chită Adriana – Răchitoasa (Bacău)</u>

Pentru ***Adrian Dincă*** *din Comănești, Bacău. Împlinește o frumoasă vârstă. Îți doresc tot binele din lume alături de soția ta.* ***„La mulţi ani!"***

<u>Bologa Anișoara – Greci (Mehedinți)</u>

Pentru **Loţy Porțan** (19 noiembrie), **Geta Schipor** (20 noiembrie) și **Zoița Vicovanu** (27 noiembrie). Le transmit multă sănătate, fericire, bucurii și un sincer ***„La mulţi ani!"***

<u>Gheordănescu Maria – Cobadin (Constanţa)</u>

Pentru statornicul prieten **Ganea Constantin** care pe data de 14 noiembrie își serbează ziua de naștere: „Noi cei trei frați pătați: / Cristi, Maria și Doinița / Îți urăm să ne trăiești / Să te plimbăm cu mașinuța, / familia să-ți trăiască / cu cei doi bobocei de floare, / cu Dănuța garofița / cu Ionuț cel cu gropițe (în obraz) / și cu șapte – opt mândrețe, / veseli să ciocnim pahare / cu vin bun, cu vișinată, / să cântăm, să facem glume / cum făceam și altă dată!" ***„La mulţi ani!"*** Costele dragă!

Cum poți beneficia de ajutorul de încălzire?

Noile ajutoare pentru încălzirea locuinței, aprobate de Senat.
-completare-

Av. DANA BORDEIANU

Senatorii au adoptat pe 27 octombrie, legea de aprobare a ordonanței de urgență care stabilește acordarea ajutoarelor pentru încălzirea locuinței pentru persoanele cu venituri de până la 786 lei pe membru de familie, în cazul familiilor, respectiv celor cu venituri de cel mult 1.082 lei, în cazul persoanelor singure. Camera Deputaților este însă forul decizional.

Deși Comisia de muncă și Comisia de administrație i-au dat raport de respingere, ***proiectul de lege pentru aprobarea Ordonanței de urgență a Guvernului nr. 70/2011 privind măsurile de protecție socială în perioada sezonului rece*** a fost adoptat de Plenul Senatului.

Pe perioada sezonului rece, ajutoarele de încălzire vor fi acordate persoanelor cu venituri de până la 786 lei pe membru de familie, în cazul familiilor, respectiv celor cu venituri de cel mult 1.082 lei, în cazul persoanelor singure.

Ajutorul pentru încălzirea locuinței **se acordă pe bază de cerere și declarație pe propria răspundere privind componența familiei și veniturile acesteia**. Pentru sezonul rece 2011-2012, formularele de cerere și declarațiile pe propria răspundere se transmit la primării până la finalul lunii octombrie, fie individual, fie prin asociațiile de proprietari/locatari sau prin furnizorii de energie termică.

Ulterior, **până la finalul lunii noiembrie, consumatorii vor fi înștiințați dacă beneficiază sau nu de ajutorul pentru încălzirea locuinței**. Dispozițiile primarului privind acordarea, respingerea, modificarea sau încetarea ajutorului pentru încălzirea locuinței se pot ataca potrivit prevederilor Legii contenciosului administrativ nr. 554/2004, cu modificările și completările ulterioare.

Totodată, se prevede că nu pot beneficia de acest ajutor persoanele care, pe lângă locuința de domiciliu, au în proprietate clădiri sau alte spații locative.

În același timp, și cei care au la bancă depozite de peste 3.000 lei sunt exceptați de la plata acestui ajutor social.

De asemenea, de subvenție pentru încălzirea locuinței nu vor beneficia nici proprietarii autoturismelor care depășesc 1.600 cm^3 și nici cei care posedă remorci, scutere de apă sau utilaje agricole.

Prin noile reglementări va crește și numărul de dosare verificate de autoritățile publice la domiciliul solicitanților ajutorului pentru încălzire, de la 3% la 60% dintre dosarele depuse.

Conform primului-ministru, Emil Boc, prin noile reglementări privind plafonul de acordare a subvenției, numărul beneficiarilor de ajutoare pentru încălzirea locuinței va crește de la 200.000 la 320.000.

Amenzi de până la 5.000 lei pentru primării

Potrivit OUG nr. 71/2011, primăriile care nu acordă ajutoarele, lunar, pentru fiecare lună a sezonului rece, pentru încălzirea locuinței cu lemne, cărbuni, combustibili petrolieri riscă o amendă de la 1.000 la 5.000 de lei.

De asemenea, aceeași sancțiune este prevăzută și pentru primăriile care nu efectuează anchete sociale pentru verificarea veridicității datelor înscrise în declarațiile pe propria răspundere privind componența familiei și veniturile acesteia pentru cel puțin 60% din beneficiarii dreptului la ajutorul pentru încălzirea locuinței.

Persoanele care nu menționează corect componența familiei, veniturile membrilor acesteia, precum și bunurile mobile și imobile deținute, așa cum sunt acestea trecute în formularul de cerere a ajutorului de încălzire, riscă o amendă de la 200 la 1000 de lei.

Legea de aprobare a OUG nr. 70/2011 a fost trimisă Camerei Deputaților pentru dezbatere, aceasta reprezentând forul decizional.

-sfârșit-

Material preluat de pe www.avocatnet.ro

Coșmar în cascadă

de Joshua Wolf Shenk

"Pentru a-și salva prietenul (Aaron Cole) rănit grav la cap, Shelly Johnson a trebuit să facă imposibilul. "

Cu elanul celor 24 de ani, Aaron Cole era incapabil să reziste la chemarea aventurii, iar prietena sa, Shelly Johnson, mai mică cu doi ani decât el, nu a putut să nu accepte invitația de a-l însoți. În drum spre Parcul natural din Baxter, statul Maine (S.U.A), tânărul cuplu s-a oprit pentru a se răcori într-un lac, sărind în apă de pe malul mai înalt. Vacanța lor se anunța foarte frumoasă. Și aceasta încă din momentul în care au văzut Cascada de Argint, care cobora pe munții Albi pe o lungime de două sute metri, în New Hampshire. Aaron nu avea în minte decât un singur gând: să se cațere până în vârf!

În acea zi frumoasă de august, cei doi studenți nu purtau pe ei decât costumele de baie și erau cu picioarele goale. Astfel au reușit să escaladeze stâncile care mărgineau căderea de apă.

Această ascensiune, care comporta multe treceri peste pietre ascuțite, nu prea semăna a plimbare. Ea cerea « în același timp picioare sigure și nervi de oțel », conform unui site web care pur și simplu nu sfătuia o astfel de cățărare a muntelui. Întotdeauna, într-un astfel de sport, urcarea este mult mai ușoară decât coborârea, căci putem vedea clar zonele peste care vom trece. « Cum vom face să coborâm? » s-a întrebat tânăra.

La finalul a trei sferturi de oră de eforturi intense, odată cascada trecută, Aaron a decis să meargă prin albia torentului, călcând peste stâncile acoperite de spumă.

« Nu face asta! » a strigat Shelly. Dar ea nu-l cunoștea decât puțin: cu cât ea-și manifesta mai intens teama, cu atât el se arăta mai îndrăzneț. Nedorind să-i dea apă la moară, s-a întors să privească în altă direcție.

Când s-a întors cu privirea, câteva secunde mai târziu, a observat că Aaron a căzut pe spate și a început să fie luat de torentul de apă. El prindea tot mai multă viteză și se îndrepta spre căderea de apă.

Timp de cateva clipe, nu și-a crezut ochilor ceea ce vedea. « Lasă-te să aluneci pe burtă », striga ea din toate puterile.

Poate că astfel Aaron ar fi putut rezista curentului... Poate s-ar fi putut agăța de vreo rădăcină, sau stâncă, de pe una dintre maluri... Cauză pierdută. Sub privirea îngrozită a lui Shelly, capul lui Aaron lovește brutal o piatră. Inert, corpul său s-a încovoiat.

Cand s-au întâlnit, Shelly era în ultimul an de liceu. La sport avea ca antrenori pe părinții acestui tânăr: tatăl său în echipa de atletism, iar mama sa în echipa de majorete. Au început să iasă împreună în primăvara următoare, după ce Aaron a venit să-și ajute tatăl, arbitrând o competiție de săritură cu prăjina pe care o disputa Shelley.

La prima lor întalnire, au călărit și s-au plimbat sub clar de lună. Idila lor a continuat până ce ea a intrat la școala de asistente medicale, în timp ce el începuse studiile de ortofonie. Apoi și-au înmulțit escapadele sportive, fie că erau pentru a se da cu sania, călărie... sau chiar camping.

O fericire fără nori, s-a asigurat tânăra... dar mai era un mic detaliu și nu de neluat în seamă: cheful nestăpânit al lui Aaron pentru riscuri. «Este foarte simplu, spune ea astăzi. Se făceau deja patru ani și jumătate și nici nu mai știa de câte ori l-a dus pe Aaron la spital. Nu a mai rămas nimic de făcut, în ceea ce mă privește. »

Shelly l-a văzut deja căzând de pe cal sau răsturnându-se de pe sanie, dar acestea nu l-au pregătit nici pe departe pentru ceea ce urma să i se întâmple. A coborât panta și a aruncat o privire să vadă ce s-a întamplat cu Aaron. El era întors cu fața la pământ, la mai puțin de doi metri mai jos într-o baltă de apă. Corpul îi era scuturat de spasme. Balta întreagă era plină de sânge.

Fata a sărit în apă să-l întoarcă cu fața în sus și să-l scoată pe uscat. Aaron nu mai respira. Ea s-a aplecat pentru a începe să-i facă respirație gură la gură, cum a facut de mii de ori la cursul de securism. Însă în situații reale este o altă istorie...

La a patra suflare, Aaron a început să scuipe apa: pieptul său a început să lucreze încetișor. Dar încă nu și-a recăpătat cunoștința decât câteva clipe mai târziu.

Apoi ea a examinat rana. Între arcada ochiului și tâmpla stângă, o tăietură de cel puțin cinci centimetri sângera abundent. A mai descoperit sub ceafa lui o umflătură cât un ou de gâscă. Și mai avea și o plagă profundă la antebraț. Datorită formației sale de infirmieră, Shelly putea să interpreteze și simptomele, mai puțin flagrante, apărute în urma accidentului. Ochii tânărului păreau că se mișcă în orbite, iar pupilele lui nu erau mai mari decât un vârf de ac. Semne clare ale unui traumatism cranian, diagnostică ea. Pe când rana de la braț, era foarte aproape de artera radială. Dacă va fi secționată, ar fi fost posibil ca Aaron să moară.

Celularele lor rămăseseră în mașină. Nu era nimeni prin împrejurimi. Shelly se afla în fața unei dileme teribile. Oare ar fi bine să încerce singură să-l transporte pe Aaron în vale? Dar dacă aceasta i-ar produce o rană la măduva spinării, el ar rămâne probabil paralizat. Iar dacă-l va părăsi pentru a căuta ajutoare, fără îndoiala că Aaron va muri ca urmare a hemoragiei. Nu-l pot lăsa singur, și-a spus fata.

Trebuie deci mai întâi să-i bandajez rănile. Dar cu ce? Ea nu era îmbrăcată decât cu un tricou mic de surf negru și slipul. Nu a avut de ales, a trebuit să-și scoată tricoul și să-i

>>> continuare în pagina 17

>>> continuare din pagina 16

bandajeze capul, făcându-i un turban.

Și rana de la braț? « Acolo au fost de mare ajutor șireturile costumului de baie », își amintește tânăra.

Chiar și astăzi îi vine greu să povestească, cum a reușit să-l resusciteze pe Aaron și apoi să-i acorde primul ajutor. Ea are 1,67 metri și aproape 52 kilograme, pe când Aaron are cu 20 kilograme mai mult și măsoară 1,77 metri. În mod normal ea nu putea să-l ridice decât pentru câteva secunde. Dar accidentul i-a dat un așa surplus de adrenalină, că a putut să-l ridice pe Aaron, să-i treacă mâinile lui peste umerii săi și astfel, cu el în spate, să înceapă coborârea.

În pantă, Shelly trebuia să controleze coborârea, lăsându-se să alunece la vale centimetru cu centimetru, împingând cu toată forța pe Aaron pentru a-l imobiliza de stânci.

« Eram înnebunită la gândul că mi-ar putea aluneca din spate și să cadă în gol de la înălțime », povestește ea.

« Aaron rămâi cu mine, nu înceta ea să-i repete. Rămâi cu mine ».

Shelly trase puternic aer în piept pentru a putea striga cât mai tare în acțiunea sa de a cere ajutor, dar vuetul cascadei acoperea complet vocea sa. Este un coșmar, se gândea ea. Nimeni nu mă poate auzi când strig.

Aproape ajunși în vale, la aproximativ opt sute de metri de la locul unde Aaron a alunecat, ea a văzut excursioniști adunându-se la începutul potecii, pe malul apei.

« Ajutor! », strigă ea.

La volanul Jeep-ului său, John Gibbins conducea liniștit, admirând verdele intens al arborilor care se aflau pe marginea autorutei 302. El se ducea la tabăra de vacanță de la Cedre, unde administra dispensarul mobil, în calitatea sa de asistent medical specializat în recuperare intensivă. Deodată o mașină de poliție îl depașește în trombă și se oprește pe marginea drumului într-un scrâșnet de frâne.

John vede un agent traversând strada și alergând înspre cascadă, cu o trusă de prim ajutor în mână. Închipuindu-și că a avut loc un accident, oprește și el imediat în spatele mașinii și aleargă și el înspre grupul care-l înconjura pe Aaron Cole. Rănitul este slăbit, dar conștient. John Gibbins examinează rănile lui de la cap și braț.

« Totul va fi bine », i-a asigurat el, nefiind chiar așa sigur. Unul dintre excursioniști a sunat la urgență, dar cine știe cât timp va face o ambulanță până la acest colț pierdut de lume?

Shelly Johnson, îmbrăcată cu o rochie găsită în mașină, în așteptarea ambulanței, vorbește în șoaptă cu Aaron ținându-i presate pansamentele pe răni. Rănitul este calm și coerent. Își cunoaște numele și este conștient că a avut un accident în munți. Deodată începe să-i lovească pe cei trei oameni care-l înconjurau, cu așa o forță că au trebuit să-l imobilizeze la pământ. John Gibbins a recunoscut semnele unui hematon intracranian (cauzat de o hemoragie); într-un astfel de caz, presiunea exercitată pe creier poate dezorienta pacientul și poate să-l facă agresiv.

Un sfert de oră mai târziu, un ambulanțier sosește la bordul vehiculului său. Dar din păcate acesta nu are experiența necesară de a-i administra un sedativ lui Aaron, lucru indispensabil înainte de a-l intuba. Ori, fără intubație traheală, rănitul nu putea fi transportat, riscând să se oprească din respirat în timpul transportului.

Ambulanțierul, cere prin telefon ajutorul unui asistent medical calificat.

Discuțiile lui Aaron au început să fie confuze și el dădea permanent cu pumnii prin aer. Totuși John Gibbins a remarcat că vocea lui Shelly, îl mai calma. Îngenuncheată lângă el, îi ținea mâna și-l mângâia pe păr șoptindu-i « Te iubesc » sau « stai liniștit ».

După încă un sfert de ora s-a zărit și al doilea asistent. Fără a pierde nici o clipă, acesta i-a făcut injecția lui Aaron și l-a intubat. Jumătate de oră mai târziu salvarea intra pe poarta spitalului din Littleton.

« Țineti-vă bine, suntem aproape! » le-a spus șoferul ambulanței.

La urgență, medicii au decis să-l transfere imediat pe Aaron cu elicopterul, în orașul vecin, la Centrul Medical Dartmouth-Hitchcock, care avea un serviciu de neurochirurgie. Privindu-se în oglinzile toaletei spitalului, John Gibbins a observat că era plin de sânge din cap până la picioare, de la rănitul pe care l-a ajutat.

În Centrul Medical Dartmouth-Hitchcock, Shelly a petrecut noaptea pe un pat de însoțitor, în camera prietenului ei. După ce s-a trezit a început să simtă efectele efortului supraomenesc pe care l-a făcut. ”Antrenamentele de atletism pe care le-am făcut mi-au cauzat în trecut febră și dureri musculare, spune ea. Acum nu pot practic să mă mai mișc.” În altă ordine de idei, ea avea vocea atât de răgușită, că nu putea vorbi decât în șoaptă. Și pentru ca lucrurile să fie și mai triste, a început să aibă un atac de anxietate (depresie).

Medicii au indus rănitului o comă artificială pentru doua zile, sperând că hematomul intra-cranian se va resoarbe.

Shelly s-a aflat tot timpul la capul lui Aaron, până ce el a redeschis ochii. Doctorul i-a cerut să-și miște degetele și el a reușit. Shelly a încercat un mic mesaj codat, arătându-i un deget, apoi patru degete și la urma trei. Era maniera lor de a-și spune « Te iubesc ».

Văzându-și prietenul ridicând mâna și repetând aceleași mișcări, ea a simțit o mare ușurare.

Incredibil, dar adevărat, Aaron a ieșit din acest accident fără sechele cerebrale, cu doar niște simple cicatrice la braț, la picior și la față.

« El numește acestea răni de război », spune Shelly.

Tânărul își amintește vag de ceea ce s-a întâmplat după căderea sa la cascadă. În schimb, își amintește clar de Shelly când i-a spus să nu meargă prin cascadă.

« După aceasta m-am calmat, ne face el confidențe. Aceasta m-a făcut să fiu mai puțin temerar » .

- Sper ca în viitor, dacă va trebui din nou să-i spun « Aaron, nu face asta”, el va reflecta de două ori”, suspină Shelly.

În ceea ce privește curiozitatea de a afla de unde a găsit atâta forță să-l transporte la coborârea de pe munte... Mister.

-sfârșit-

Sursa: Selection.ca, noiembrie 2010

Trimis de TRAIAN FLOREA – Canada

Cu tot respectul ţin să reamintesc tuturor cititorilor că, dat fiind termenul de trimitere a revistei la tipografie, scrisorile voastre trebuie să ajungă la mine în cursul lunii anterioare apariţiei revistei. Sfatul meu este să scrieţi din timp, deoarece este posibil ca în ultimele 2-3 zile ale lunii spaţiul la unele rubrici să fie deja ocupat!!!

<u>Vă rog mult, pe toţi cei care scrieţi, puneţi-vă numele complet şi adresa la expeditor!</u>

Mulţumesc mult pentru înţelegere!

Trif Corina – Mangalia

Bunul Dumnezeu ne-a creat din dragoste şi întotdeauna ne-a respectat şi ne respectă alegerile, indiferent dacă Îl dor sau Îl bucură.

Botezatu Amelia – Butnăreşti (Neamţ)

Într-adevăr, „Domnul face ca totul să fie posibil”, aşa că El merită toată recunoştinţa şi dragostea noastră. Mă bucur că în paginile revistei ai găsit şi găseşti multe lucruri care te ajută. Înseamnă că nici eforturile, nici sacrificiile nu sunt făcute degeaba. Slavă Lui!

Bologa Anişoara – Greci (Mehedinţi)

În urmă cu câteva luni, când scriai că ai reuşit să ieşi la aer, pe prispă şi că erai sigură că vei reuşi să ieşi şi în curte, mi-ai umplut inima de bucurie, însă acum, când mi-ai scris (şi mi-ai spus şi la telefon) că nu numai că n-ai mai ieşit deloc la aer, ci te-ai mai şi lovit, nevoită fiind să stai numai în cameră... offf.

Ceea ce mă bucură este că mereu eşti cu gândul la prieteni. Eşti extraordinară!

Nica Gina – Livezi (Bacău)

Mă bucur că şi de data aceasta revista şi-a atins menirea, „alungând starea de amărăciune” singurătatea şi amărăciunea, aducând în schimb multă bucurie.

Multă bucurie aduc şi scrisorile tale: atât de bine scoţi în evidenţă ideea principală a rubricii respective, încât, atunci când le citesc, parcă recitesc ulimul număr al revistei. În afară de aceasta, optimismul şi încrederea ta în Dumnezeu... sunt molipsitoare.

Gheordănescu Maria – Cobadin (Constanţa)

Bucurie, încurajare, relaţii calde, apreciere, dragoste, recunoştinţă... toate datorate existenţei revistei. Cum aşadar să nu mă bucur şi să nu-I mulţumesc bunului Dumnezeu pentru tot şi pentru toate, inclusiv pentru revistă!

Îţi mulţumesc şi ţie pentru gândurile frumoase scrise la adresa revistei, pentru faptul că mereu scrisoarea ta conţine „material” pentru cel puţin 2-3 rubrici. Să nu cumva să te opreşti din a scrie şi a trimite la revistă!

Popescu Nicoleta – Bughea de Jos (Argeş)

Tot cu grădina şi cu observaţiile pertinente şi echilibrate despre timpuri şi oameni!

Vă mulţumesc şi ţin să vă spun că şi la noi au fost probleme cu primirea banilor de însoţitor. Problemele n-au fost provocate de primării, ci de forurile mai sus puse. Însă indemnizaţia de persoană cu handicap nu au cum să o micşoreze numai în unele judeţe. Este aceeaşi peste tot.

Iar cine este nemulţumit de modul în care primeşte de la Primărie indemnizaţia de însoţitor, poate face o cerere la Direcţia Generală de Protecţie Socială din judeţ, şi primeşte direct indemnzaţia.

Cidem Narcis Brâslaşu – Constanţa

Sunt puternic impresionat de gesturile tale calde, de suflet, de a mă număra mereu printre primitorii unei cărţi (a cărei autoare eşti) cu dedicaţie, ori de câte ori apare. Mulţumesc din suflet!

Cât despre publicarea mai des a unor poezii din volumele tale, cu dragă inimă, însă te rog mult să îmi trimiţi prin e-mail, ori de câte ori doreşti să public, precum şi acea poezie care doreşti să apară în revistă. Lunar primesc multe poezii şi... Mulţumesc pentru înţelegere!

De asemenea, te rog mult, trimite-mi tu, tot prin e-mail, acele fragmente şi acele episoade care doreşti să apară în revistă şi care răspund la întrebările care ţi s-au pus. Dacă le selectez eu... există riscul să nu le aleg pe cele sugestive. Te rog, trimite-le urgent, deoarece în numărul din decembrie doresc să înceapă să apară (probabil că se vor întinde de-a lungul a 2-3-4... numere). Aştept şi... mulţumesc iarăşi pentru înţelegere!

Comsuţa Maria – Alba Iulia

Aţi observat bine că revista este citită de oameni din diferite confesiune religioase: ortodoxi, penticostali, baptişti, adventişti, martori, musulmani, etc. (inclusiv atei sau liber-cugetători), însă revista nu-şi propune să schimbe religia nimănui (aşa cum sugeraţi d-voastră că ar trebui să facă). Eu sunt întru-totul de acord că nu toate drumurile duc la Roma, însă revista se adresează unei singure categorii de oameni: oamenii cu dizabilităţi.

Savu Aurel – Bucureşti

O asociaţie pentru persoane cu dizabilităţi care să corespundă aşteptărilor tale este asociaţia „Ridică-te şi umblă!”: <u>întâlniri săptămânale</u> pentru studiul Bibliei, cântare, rugăciune şi părtăşie (sâmbăta, ora 14) şi <u>întâlniri o dată la trei săptămâni</u> (duminica, ora 10) pentru părtăşie, rugăciune, cântare, poezie, etc. La ambele genuri de întâlniri, oricine, indiferent de religie, naţionalitate, sex sau vârstă este binevenit. Dacă te hotărăşti să participi, anunţă-mă!

Stanciu Costel – Buzău; Ani Maior - Şimleul Silvaniei (Sălaj); Voicuţa – Milcov; Bădoiu Victor; Dumitraşcu Alexandrina – Slobozia;

Mulţumesc mult pentru cuvintele de apreciere şi încurajare. Puţine... dar calde!

Doresc să corespondeze:

<u>Şneaga Liviu</u>

Mă numesc Şneaga Liviu, am 44 ani, 1,60 m, 70 kg., doresc să cunosc o fată cu vârsta 35-40 ani. Sunt de religie penticostal. ***0741-905674***

<u>Aurel</u>

Sunt un domn cu handicap gr. I (scleroză multiplă – merg pe picioarele mele pe distanţe de câteva sute de metri), am 47 ani, sunt credincios şi doresc să cunosc o doamnă tot cu handicap (să poată merge), să ne înţelegem, să ne respectăm, să ne susţinem unul pe altul în momentele mai grele, să parcurgem împreună drumul care îl mai avem în viaţă. ***0733-579407***

<u>Stelică</u>

Mă numesc Stelică, am 43 ani, gr. I de handicap (mă pot deplasa singur cu ajutorul bastonului). Doresc să cunosc o fată cu vârsta cuprinsă între 30-40 ani, pentru prietenie / căsătorie. Pentru mai multe detalii. ***0762-899893***

<u>Răzvan</u>

Mă numesc Răzvan, am 30 de ani, am un handicap uşor, locuinţă proprie şi doresc să cunosc o fată serioasă, tot cu un handicap uşor, în vederea unei prietenii de lungă durată. ***0785-992210***

<u>Gigel</u>

Bună la toate fetele! Mă numesc Gigel, am 32 de ani, sunt gr. 1, utilizez cărucior şi vreau să corespondez cu fete. Mă puteţi contacta la ***0725-470437****.*

<u>Ovi</u>

Sunt Ovi din Haţeg, am 39 de ani, 1.69 m, şaten, ochi albaştri, nu beau, nu fumez, sunt ortodox, am gradul II de handicap cu hemipareză partea dreaptă (mâna şi piciorul), mă descurc foarte bine, merg normal. Mâna este mai vizibilă, 90% sunt recuperat. Doresc să cunosc o domnişoară sau doamnă, vârsta între 35-42 ani, să fie gradul II sau III, pentru relaţie de lungă durată. Rog seriozitate, nu vreau aventură, ci ceva serios.

>>> continuare în pagina 19

>>> continuare din pagina 18

*Tel. contact **0762-492174 / 0722-411009.** Pot fi contactat după ora 20:00. Vă mulţumesc!*

Marius

*Bună! Mă numesc Marius, am 32 de ani, sufăr de un handicap fizic şi aş vrea să cunosc o fată tot cu handicap, să ne acceptăm reciproc! Mă puteţi găsi pe mes: **coroby_marius** sau la **0727-338062; 0760-347592;***

Vali

*Sunt Vali, am 27 de ani, ochi căprui, 1,75 m, 65 kg, sunt sincer, serios şi un uşor handicap fizic. Aş dori să cunosc o fată de vârstă apropiată, tot cu un handicap uşor, pentru că singurătatea este foarte amară şi ne apasă pe fiecare dintre noi. Nu răspund la bip, rog seriozitate. Pot fi contactat la **0768-445761***

Istvan

*Mă numesc Istvan, sunt din jud. Satu Mare, am 30 de ani și vreau să cunosc o fată cu vârsta apropiată și care să fie din același jud. Eu sunt maghiar și am defect de vorbire. Pentru altele sunați **0751-430390***

Viorel

*Mă numesc Viorel, sunt din Ploieşti, am 52 ani, 1,58 m, 58 kg şi sunt ortodox. Am părul şaten, început de chelie, ochii căprui. Sunt nefumător, sunt pensionat medical şi port ochelari de vedere. Nu am copii. Doresc să cunosc o doamnă mignonă, sinceră, serioasă, sufletistă, gospodină, pentru prietenie / căsătorie. Poate avea şi un copil. Rog seriozitate. Pot fi contactat la **0724-624757**.*

Tudor Mihai Bogdan

*Bună! Mă numesc Tudor Mihai Bogdan, am 29 de ani, am handicap gr. II, doresc cunoştinţă cu domnişoare din zona Olteniei, de vârstă apropiată (22-30 ani) și să aibă un handicap uşor. **0768-265889** (între orele 9-16). Rog seriozitate! Nu răspund la număr ascuns.*

Cadar Robert

*Mă numesc Robert, sunt din Baia Mare, am 37 de ani, ochi căprui, 1,75 m, 75 kg., sunt serios, sincer, am un handicap fizic uşor și aș dori să cunosc o fată cu vârsta între 25-40 ani, tot cu un handicap uşor, sinceră și sufletistă. Rog seriozitate! **0745-505509***

Croitoru Florin

*Mă numesc Croitoru Florin, am 33 de ani, sunt persoană cu handicap, având un job. Sunt un băiat serios, fără vicii, respectuos și am la bază şcoala vieţii. Doresc să cunosc o fată cu sau fără handicap, din Bucureşti (dacă se poate din sect. 4). Doresc ca fata să aibăm 1,60-1,70 m, să aibă între 29-33 ani, să fie serioasă, iubitoare, fără obligaţii și fără vicii. Să aibă abilităţi în a munci. Rog seriozitate! **0725-024679***

Anonim

*Creştin adventist, 40 ani, ochi albaştri, 1,80 m înălţime, 70 kg. Doresc să cunosc o fată creştină, cu sau fără handicap, pentru prietenie - căsătorie. Tel. **0720-154534** şi **0760-039547***

Mihai – Turda

*Bună! Mă numesc Mihai, am 21 de ani și îmi caut prietenă. Cine vrea să mă contacteze: **0742-788875.** Rog seriozitate!*

Joiţoiu Marian – Plosca (Teleorman)

*Mă numesc Joiţoiu Marian, am 22 de ani, am probleme de vedere şi doresc să comunic cu fete şi băieţi de vârstă apropiată, din întreaga ţară. Pot fi contactat la **0785-710466***

Iordache Ionel Marius – Viişoara (Constanţa)

*Am 30 de ani, sunt creştin penticostal şi aş vrea să-mi fac prieteni din toată ţara, să vorbim despre Cuvântul lui Dumnezu şi despre alte lucruri. Adresa mea: **str. Crângului, nr. 274, sat Viişoara, com. Cobadin, jud. Constanţa, cod 907069, tel. 0734-750257***

Nistor Maria

*Am 60 ani, sunt creştină penticostală şi aş vrea să cunosc pe cineva, dacă e voia lui Dumnezeu, pentru prietenie / căsătorie. **0724-308783***

Minea Gheorghe – Cândeşti (Buzău)

*Sunt creştin adventist am 43 de ani, 1,80 m, 68 kg., handicap uşor (gr. II), am o fetiță și doresc să îmi găsesc jumătatea pentru căsătorie. Poate avea un mic handicap (tot gr. II), poate să aibă și un copil și vârsta între 35-40 ani. Doresc să pot locui la ea. **0758-331514** și **0785-560423**.*

Paraschiv Nicu

*Mă numesc Paraschiv Nicu, am 47 ani, 1,60 m, 48 kg, am gr. 2 de handicap fizic (defect mâna dreaptă și facial), sunt salariat în București și aș dori să cunosc pe cineva pentru căsătorie. Tel. **0726-615237** (răspund doar la SMS).*

Alin

*Mă numesc Alin, am 29 ani, sunt creștin adventist, am handicap gr. II, și doresc să cunosc o fată adventistă sau de altă confesiune, să aibă 18-29 ani, să-i placă să studieze Biblia, pentru prietenie / căsătorie**. 0734-762637.***

Mircea Costel Bratosin

*Mă numesc Mircea, am 28 de ani, 1,75 m, 50 kg., albinism generalizat, cu ochi albaştri, persoană cu handicap vizual, creştin adventist din Bucureşti. Doresc o relație de prietenie care să se finalizeze cu căsătorie, cu o fată creştină adventistă. Îmi doresc ca fata să fie serioasă, sinceră, fidelă, să ofere încredere, să se implice total în relație (ca și mine), să mă iubească, să mă accepte așa cum sunt, așa cum face și Dumnezeu cu noi; să fie spirituală, să fie credincioasă și să iubească pe Dumnezeu. Îmi doresc o fată fără obligații, cu același handicap ca și mine (vizual și albinism) sau normală pentru a-mi fi un ajutor potrivit mereu, așa cum vrea Dumnezeu, ca să mă înțeleagă așa cum sunt eu, din toate punctele de vedere. Fata să aibă între 18-28 ani. Cine își dorește o așa căsnicie o aștept la tel. **0737-459099; 0749-346779** și **0765-310700,** e-mail și ID**: mirceacostel1984@yahoo.com**. Vă rog seriozitate maximă! Mulțumesc mult pentru înțelegere. Dumnezeu să vă binecuvânteze!*

Mitică

*Mă numesc Mitică, am 47 ani, 1,80 m, ochi căprui, ten brunet, port mustață, am tetrapareză spastică (merg pe picioare) și doresc să cunosc o doamnă cu probleme de sănătate, în vederea căsătoriei. **0746-640540***

Palade Ioan Corneliu

Nu mai este mult și vine iarna. Atunci vom avea mai mult timp să stăm de vorbă (la gura sobei). Un sfat, o idee, ni le putem împărtăși, am putea vorbi din Cuvântul lui Dumnezeu, dar și despre agricultură, despre educație, învățământ, sănătate și altele.

Ce ziceți? O idee de ici, o idee de colo, adunate la un loc și cugetând la ele se nasc idei mai bune. Este bine să vorbim, să ne exprimăm ideile, necazurile, bucuriile și realizările și astfel vom avea părtășie unii cu alții.

*Ce ziceți? Doriți să mă cunoașteți și să ne împărtășim ideile și toate celelalte? Dacă dorește cineva: **0760-718307***

Petru

*Am 38 de ani, fără mâini, cu un singur deget la stânga), caut o fată cu handicap uşor la picior, 34-39 ani, slăbuță, pentru întemeierea unei prietenii / căsătorii. **Tel. 0732-042678***

Comsuța Maria – Alba Iulia

*Doresc să comunic cu persoane care vor să cunoască „Adevărul”. **Comsuța Maria, str. Petru Dobra, nr. 14 A, loc. Alba Iulia, jud. Alba***